

HagaZorgt

Voorjaar 2024 / Zoetermeer

**Neem
mee!**

**Levensrecht leren:
altijd voorbereid op
spoedsituaties dankzij
simulatietraining**

Slaapproblemen?
Onze somnologen
staan voor je klaar

Het Kinderhoofdpijn-
centrum van het
Juliana Kinderziekenhuis

Pijn onder de voet?

Fasciitis plantaris, ook wel bekend als hielspoor, is een ontsteking van het peesblad onder de voetzool die kan leiden tot ernstige pijnklachten tijdens het lopen.

Echografische Percutane Therapeutische Electrolyse (EPTE) is de nieuwste en meest innovatieve behandelmethode voor spier- en peesklachten. Met behulp van echografie en een dunne naald wordt stroom rechtstreeks naar de pijnlocatie geleid. De behandeling is zeer efficiënt en snel effectief. EPTE is ook geschikt voor andere spier- en peesklachten, waaronder de schouderpees, kniepees, achillespees en de tenniselleboog.



EPTE is nu beschikbaar bij de spier- en peesspecialisten in Zoetermeer



Fysio Buytenwegh
Kentgensplein 26a
2717HS Zoetermeer

079 - 3290305
info@fysiobuytenwegh.nl
www.fysiobuytenwegh.nl



SMC Rijnland
Violiervaart 22
2724 VR Zoetermeer

079 - 5001792
info@smc-rijnland.nl
www.smc-rijnland.nl

Iedereen heeft recht op goede zorg.
Iedereen moet zelf een arts kunnen kiezen.
Jong of oud, ziek of gezond:
DSW biedt één polis en één premie.
Liever principieel dan commercieel.



DSW
zorgverzekeraar
Meer informatie? www.dsw.nl



In deze editie

- 04** Klemke van Emke
- 06** HagaNieuws
- 08** Somnologen Vlada en Corrie: 'Iedereen kan slaapklachten krijgen'
- 10** Altijd voorbereid op spoedsituaties dankzij simulatietraining
- 13** Ik maak het verschil
- 14** Een kijkje achter de schermen op de angiokamer
- 16** Hoofdpijn bij kinderen: 'De oplossing ligt niet altijd in een pil'
- 19** HagaVooruit!
- 20** #IkbenHaga: Charelle Jordense is fysiotherapeut
- 22** 'Leefstijlgeneeskunde draait om alles wat een patiënt zelf kan doen'
- 25** Waar vind je ons?
- 26** Kleurplaat



Colofon

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

Tekst en productie:
Afdeling Communicatie

Fotografie en beeld:
Lucas Krullaards, Freepik, eigen foto medewerkers.

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

Vormgeving/opmaak:

Nanno van Leeuwen, T 06 156 357 06

Bladmanagement en advertentieverkoop:

Digna Ketelaar, T 06 442 099 10
Barbara Verschoor, T 06 455 766 70

Druk: Scholma Druk, Bedum



Tips?

communicatie@hagaziekenhuis.nl



Digitaal lezen?

hagaziekenhuis.nl/hagazorgt

Klemke van Emke: ‘Het is mijn droom dat de klem op alle infuuspalen zit’

Toen Rob Emke in HagaZiekenhuis Den Haag lag, vielen hem 2 dingen op. Allereerst de uitstekende zorg van de verpleegkundigen. Maar ook dat ze vaak hun werk moesten neerleggen door piepende infuuspalen. De Hagenees bedacht een klem om deze storingen te voorkomen. Nu gaan studenten van de Haagse Hogeschool samen met hem de klem verder ontwikkelen. Zodat die straks voldoet aan de hygiëne- en veiligheidsvoorschriften en alle Nederlandse ziekenhuizen hem kunnen gebruiken.

In de zomer van 2022 kreeg de 71-jarige meneer Emke de diagnose acute leukemie. Voor zijn behandeling lag hij 2 maanden op de verpleegafdeling Oncologie in Den Haag. Inmiddels weet hij dat de artsen hem niet beter kunnen maken. Wel krijgt hij nog elke 2 weken een bloedtransfusie.

Piepen bij beweging

“Elke keer als ik in het ziekenhuis ben en aan het infuus moet, valt me op dat de infuuspaaal bij de kleinste beweging gaat piepen. Het gebeurt als je naar de wc gaat, een stukje loopt of als je eet. Dan moeten de verpleegkundigen hun werk neerleggen om het infuus weer in orde



Meneer Emke legt uit hoe zijn klem werkt.

te maken”, vertelt meneer Emke. “Ik wilde dat voor ze oplossen. Ze doen zulk fantastisch werk.” De storingsen zijn een bekend probleem, erkennen Lydia Witmus en Joost Sijsma. Lydia is de vaste verpleegkundige van meneer Emke. Joost is Chief Nursing Information Officer. Hij is betrokken bij alle IT-apparatuur die voor de ziekenhuiszorg wordt aangeschaft. Het Haga-Ziekenhuis heeft 450 infuuspalen. “Bovenaan de infuuspaal hangt een zak met vloeistof. Dat kan vocht, medicatie of bloed zijn. Via een druppelkamer wordt de vloeistof naar het infuus van de patiënt geleid”, legt Joost uit.

Sensor bij druppelkamer

“Bij de druppelkamer zit een sensor. Die telt hoeveel druppels er zijn gevallen. Zo kun je controleren en doseren hoeveel de patiënt binnen krijgt. Als de infuuspaal beweegt, schommelt het vocht in de druppelkamer. Hierdoor ontstaat een foutmelding.”

Dat gebeurt snel. “We hebben eens geturfd op de afdeling. Het alarm gaat zo’n 6 keer per patiënt per transfusie af. Het verstoort de (nacht)rust van de patiënten en verhoogt de werkdruk voor de verpleegkundige. De transfusie duurt ook langer, want als het alarm gaat, stopt het infuus met druppelen.” De verpleegkundigen zijn blij met meneer Emke’s uitvinding, die ze liefkozend ‘Het Klemke van Emke’ noemen. “Dit is de eerste klem die echt werkt”, zegt Joost.

Papierklemmen

Meneer Emke maakte met 2 metalen papierklemmen een constructie die ervoor zorgt dat de druppelkamer stevig aan de infuuspaal blijft zitten. “Probeer maar, dit beweegt echt niet meer.” Hij demonstreert zijn uitvinding zelf



Het ontwerp werkt perfect, maar voldoet nog niet aan de infectiepreventie-eisen van ons ziekenhuis.



tijdens een speciale ontwerpsessie in het InnovatieLab van HagaZiekenhuis Den Haag.

“Het is geweldig dat patiënten met ons meedenken in oplossingen voor uitdagingen op de werkvloer”, zegt innovatiecoach Ilse Hoogendijk. “Graag helpen we meneer Emke om de inzetbaarheid van zijn klem te vergroten. Het ontwerp werkt perfect, maar voldoet nog niet aan de infectiepreventie-eisen van ons ziekenhuis. Er zijn wat plekken, waaronder een veer, die we niet goed kunnen schoonmaken. Daarom willen we samen met hem nadenken over hoe we de klem verder kunnen verbeteren.” Dat deden ze in de ontwerpsessie, waarvoor Ilse een aantal ‘knappe koppen’ bij elkaar riep.

Kunststof wasknijper

Die zijn onder de indruk van meneer Emke’s klem. Luc de Witte, lector Technologie voor Gezondheidszorg aan de Haagse Hogeschool en docenten Industrieel Product Ontwerpen Luc Bolier en Hans Glerum denken na over een ander soort veer, die makkelijker schoon te maken is. Een kunststof wasknijper vliegt ook als idee over tafel. “Dit vraagstuk is erg geschikt als afstudeerproject voor onze studenten”, zegt Hans. Zo is een mooie samenwerking ontstaan tussen patiënt, ziekenhuis en de Haagse Hogeschool.

Meneer Emke is blij met de uitkomst van de ontwerpsessie. “Het gaat mij erom dat de verpleegkundigen hier uiteindelijk mee geholpen zijn. En het is mijn droom dat deze klem uiteindelijk op alle infuuspalen zit.” Inmiddels heeft de hogeschool al de eerste nieuwe versie gepresenteerd.

HagaNieuws

Wat gebeurt er in en rondom het HagaZiekenhuis?

Artsen en verpleegkundigen SEH Den Haag in programma RTL5

HagaZiekenhuis Den Haag werkt mee aan het televisieprogramma Spoedeisende Hulp 24/7 van RTL5.

Hierin worden artsen en verpleegkundigen gevolgd tijdens hun werk op de Spoedeisende Hulp (SEH). Verschillende ziekenhuizen doen mee.

De eerste aflevering is op maandag 15 april om 20.30 uur te zien op RTL5. De collega's op onze (kinder-)SEH zijn heel enthousiast. Het programma is een mooie manier om een groot publiek kennis te laten maken met hun bijzondere werk.



Minder pijn en sneller bevallen met nieuw type ruggenprik in HagaZiekenhuis Den Haag

Anesthesioloog SiuSan Oei (links) en gynaecoloog Marit Douma zijn blij met de nieuwe methode.



Bij een ruggenprik worden de zenuwen in je onderrug voor korte tijd verdoofd. Daardoor voel je veel minder van de bevalling. Meestal gebeurt dit met een techniek waarbij je doorlopend een verdovingsmiddel krijgt toegediend via een slangetje in de rug. HagaZiekenhuis Den Haag heeft sinds kort een nieuw type ruggenprik met belangrijke voordelen.

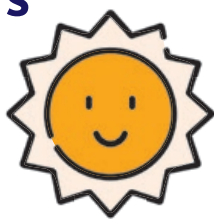
Nieuwe methode

Ook bij de nieuwe methode krijg je pijnmedicatie via een slangetje in de rug. Maar in plaats van doorlopende toediening van een lage dosis, krijg je 1 keer per uur een 'shot' pijnmedicatie. Daarnaast kun je jezelf een extra, vooraf vastgestelde hoeveelheid pijnmedicatie geven. Dat doe je door op een knop te drukken.

De voordelen

Onderzoek laat zien dat vrouwen door de nieuwe methode minder pijn ervaren. Er is minder extra pijnstilling nodig en de bevalling verloopt gemiddeld sneller dan met de oude methode. Een ander groot voordeel: doordat je jezelf extra medicatie kan geven met een druk op de knop, houd je meer regie over de pijnbestrijding tijdens je bevalling.

Onze vrijwilligers in het zonnetje op Nationale Vrijwilligersdag



Wist je dat er 163 vrijwilligers actief zijn in het HagaZiekenhuis? 63 op locatie Zoetermeer en 100 op locatie Den Haag. Als vaste gezichten in ons ziekenhuis staan ze elke dag klaar voor onze patiënten, bezoekers en collega's. Of het nu gaat om het wijzen van de weg, een luisterend oor of net die ene hand op de schouder voor een stukje begrip en medeleven.

"Ze worden enorm gewaardeerd door onze medewerkers, patiënten en bezoekers", zeggen Wilma Onderwater-Huis en Erik Schaart, vrijwilligerscoördinatoren in Den Haag. Lidy Pronk, vrijwilligerscoördinator in Zoetermeer vult aan: "Ze doen het werk geheel belangeloos en met veel enthousiasme. Daarom zetten we ze in het zonnetje op Nationale Vrijwilligersdag."



Ze doen het werk belangeloos en met veel enthousiasme.



Zoetermeer



Den Haag



Bij slaapapneu stop je
in je slaap meerdere
keren kort met ademen.

Somnologen Vlada en Corrie: ‘Of je nu 18 of ver in de 80 bent, iedereen kan slaapklachten krijgen.’

Hoe uitgerust was jij toen de wekker vanochtend ging? Bijna een kwart van de Nederlandse bevolking heeft slaapproblemen en dit getal stijgt. Dat merken Corrie de Lange en Vlada Karpinova, dé slaapdeskundigen van het HagaZiekenhuis, ook in de praktijk.

1500 patiënten per jaar

“Op de poliklinieken Longgeneeskunde in Zoetermeer en Den Haag spreken we gemiddeld 30 nieuwe patiënten per week”, vertellen de somnologen, de officiële naam voor slaap-

deskundigen. “Slaapproblemen kunnen je leven flink beïnvloeden. Met het verbeteren van de slaap verbeteren we ook de kwaliteit van leven van mensen.”



Ze behandelen veel patiënten met slaapapneu. “Dan stop je in je slaap meerdere keren kort met ademen. Obstructieve slaapapneu komt het meest voor, waarbij de luchtweg zich deels of helemaal afsluit in de slaap. Bij centrale slaapapneu sturen de hersenen de ademhaling niet goed aan en soms ontstaat slaapapneu door hartfalen. Deze vormen komen minder voor. Verder zien we veel patiënten met in- en doorslaapstoornissen. En soms is het een combinatie van stoornissen.”

Slaaponderzoek

Tijdens de eerste afspraak stellen ze veel vragen. Ook krijgen patiënten een slaaponderzoek thuis. “Met speciale bandjes om het bovenlijf en de pols, en een ‘meetbrilletje’ onder de neus gaan ze dan naar bed”, legt Vlada uit. “We meten de slaaphouding, het zuurstofgehalte in het bloed, de hartslag, adembewegingen van de borst en buik en de luchtstroom bij de neus en mond.”

De uitkomsten bespreken ze met specialisten van verschillende vakgroepen. “We werken nauw samen. Dat heeft te maken met de verschillende typen behandelingen.”

Van alles komt voorbij

Wie is die patiënt met slaapklachten? “Alles komt

voorbij. Man, vrouw, jong, oud. Van 18 jaar - jongere patiënten gaan naar de kinderarts - tot ver in de 80. Ook de oorzaken voor de klachten zijn verschillend: van lichamelijk (denk aan pijnklachten), anatomisch (bouw van je lichaam), hormonaal tot verkeerde slaapgewoontes.”

Weet wanneer je aan de bel moet trekken, benadrukken de 2 somnologen. “Slaap je meer dan 3 maanden 3 à 4 nachten per week slecht en presteer je daardoor minder? Of is autorijden niet meer veilig? Ga dan naar de huisarts. Die kan je naar ons doorverwijzen.”

Gedachten ombuigen

Slaapmedicatie schrijven ze eigenlijk nooit voor. “Er zijn hulpmiddelen om slaapapneu te behandelen. Voor in- en doorslaapproblemen zonder lichamelijke oorzaak is cognitieve gedragstherapie meestal de oplossing”, zegt Corrie. “Het is bewezen dat dit helpt, zonder de bijwerkingen van slaapmedicatie. Je leert bijvoorbeeld om basisslaaptips toe te passen. Of om ‘slechte’ gedachten en verwachtingen over slaap om te buigen, soms met hulp van mindfulness. Dat je niet elke avond denkt ‘o daar gaan we weer, een hele nacht wakker liggen.’”

8 tips voor een goede nachtrust

- Als je er gevoelig voor bent: vermijd cafeïne voor het slapen. Dit zit bijvoorbeeld in koffie, cola, zwarte en groene thee en chocola. Daarnaast: alcohol verstoort je slaappatroon enorm.
- Je hebt tussen 6 en 10 uur slaap per nacht nodig. Test jouw ideale slaapduur tijdens een vakantie. Hoe laat word je uitgerust wakker zonder wekker?
- Slaap in het weekend maximaal 2 uur langer dan doordeweeks, om je slaapritme niet te verstoren.
- Je slaapkamer is om te slapen en te ontspannen. Houd prikkels buiten. Zorg dat de kamer donker is en niet te warm.
- Mindfulness is bewezen effectief voor een goede nachtrust. Denk aan ontspannings- en ademhalingsoefeningen en ‘body scans’.
- Lig je lang wakker? Ga er even uit en doe wat rustigs zoals een boek lezen met weinig licht. Ga daarna weer terug naar bed.
- Slaap ‘meten’ met een slim horloge of app? Sommige mensen raken zo gefocust op de ‘perfecte slaap’ dat dit leidt tot een echt slaapprobleem (orthosomnie).
- Melatonine regelt je slaap-waakritme. Als het donker is, maakt je lichaam meer melatonine aan en dan word je slaperig. Dim de lichten richting bedtijd. Vermijd supplementen, die werken mogelijk averechts.



Levensecht leren: altijd voorbereid op spoedsituaties dankzij simulatietraining

Op de centrale meldpost komt een bericht binnen. 'Een jongen van 9 is in zijn buik getrapt door een paard. Hij wordt nu met de ambulance naar HagaZiekenhuis Den Haag gebracht.' Dit zou zomaar een echt telefoontje kunnen zijn, maar in dit geval gaat het om een nagespeeld scenario. Het HagaZiekenhuis organiseert steeds vaker zulke simulatietrainingen samen met andere hulpdiensten, zoals de ambulance en de centrale meldpost.





De ambulancebroeders brengen een brancard binnen. Een moeder loopt er huilend achteraan. Haar tranen zijn gespeeld, maar klinken levens-echt. Op het bed ligt geen echt kind, maar een speciale oefenpop. Na de overdracht van de ambulancebroeders neemt het team van de Spoedeisende Hulp (SEH) van HagaZiekenhuis Den Haag het over.

Scenario verzinnen

“Dit is precies wat we willen trainen”, legt Tim van der Zwan uit. Hij is anesthesioloog en organiseert samen met physician assistant in opleiding Stefanie van der Does simulatietrainingen voor de operatiekamer (OK) van het ziekenhuis. “We verzinnen een scenario dat niet veel voorkomt, maar dat wel zou kunnen gebeuren. In dat scenario moeten veel communicatieve uitdagingen zitten. De overdracht van ambulance naar het SEH-team, maar ook van de SEH naar de OK.”

Terwijl het team op de SEH de jonge patiënt onderzoekt, observeert Stefanie hoe de zorg-medewerkers communiceren en de medische handelingen uitvoeren. De taak van Tim is het sturen van het scenario. Hij geeft de informatie die het team niet kan aflezen van de oefenpop of de monitor. Zo’n oefenpop heeft een realistische luchtweg, zodat je kan intuberen en beademen. Ook kan je naar de longen luisteren, de pols voelen en vitale functies zoals de bloeddruk monitoren.

Oogcontact

“Tijdens de training hebben Stefanie en ik veel oogcontact. Ook sein ik naar degene die de monitors bedient. Van tevoren bedenken we welke kanten het scenario op kan gaan. Daar passen we ons op aan. Ik kan bijvoorbeeld beslissen om het team net iets meer tijd te geven. Daar leren ze soms meer van dan wanneer het misgaat.”

Ondertussen constateert de arts op de SEH dat de situatie te kritiek is om nog een scan uit te voeren. De jonge patiënt moet met spoed naar de OK voor een operatie. Terwijl een verpleegkundige de moeder in de hoek troost en informeert over de ontwikkelingen, maakt het team de patiënt klaar voor het transport naar de OK.

Veilige leeromgeving

“Het bijzondere aan deze training is dat veel afdelingen betrokken zijn: de centrale meldpost, het ambulanceteam, de Spoedeisende Hulp, Kindergeneeskunde, Radiologie, de OK, Anesthesiologie en de Recovery”, legt Stefanie uit. “Dat is organisatorisch een uitdaging, maar het is heel belangrijk dat we met complete teams dit soort echte situaties trainen.”

Volgens Tim en Stefanie is dat niet alleen leuk om te doen, maar levert het ook veel inzichten op. “We trainen in een vertrouwde werkomgeving, waardoor we zo dicht mogelijk bij de realiteit komen. Daarnaast zorgen we voor een veilige leeromgeving. Menselijke fouten kan je daarna rustig met elkaar bespreken. Daar leer je het meeste van.”

Geslaagd

Naast het menselijk handelen, is een simulatie-training ook bedoeld om het systeem en de protocollen te testen. Tim: “Eigenlijk is elke training hoe dan ook geslaagd. Als het goed is gegaan, weten we welke sterke punten we moeten behouden. Zijn er veel verbeterpunten? Daar kunnen we van leren en mee aan de slag.” Jaarlijks organiseert de OK van HagaZiekenhuis Den Haag 14 simulatietrainingen, waarvan 2 samen met andere hulpdiensten.

Met een flink tempo spoedt het team zich richting de operatiekamers. Daar staat het OK-team te wachten om de 9-jarige patiënt over te nemen. Na de training blijkt dat de operatie is geslaagd. De jongen zal naar verwachting volledig herstellen.



SAMENSPEL

IN DE BUITENRUIMTE

UW VASTE PARTNER VOOR



**(MACHINALE)
BESTRATING**



**BETON &
TIMMERWERK**



**RIOOL
(TECHNIEK)**



**ONTWERP &
REALISATIE**



HABO | GWW BV

VOOR MEER INFO KIJK OP HABOGWW.NL



‘Ik mag heel dichtbij mensen komen, letterlijk en figuurlijk.’

Dag in dag uit doen onze medewerkers hun best om patiënten de beste zorg te geven. Neuroloog Judith Rath werkt in HagaZiekenhuis Zoetermeer. Hoe maakt zij het verschil voor haar patiënten?



Judith: “Als zorgverlener heb ik een unieke positie. Ik mag heel dichtbij mensen komen, letterlijk en figuurlijk. In gesprek met een patiënt kan en mag ik bijna meteen vragen hoe het echt met iemand gaat om zo tot de kern te komen. Iemand laat zich van zijn of

haar kwetsbaarste kant zien. Soms geeft me dit de ruimte om écht het verschil te maken.

Recent vertelde een van mijn patiënten hoe ons contact haar inspireert. Zij heeft Tourette, een neuro-psychiatrische aandoening die gepaard gaat met tics. Daarnaast is ze zelf arts. Daarom kan ik op een hoog niveau met haar over de aandoening praten. Ze voelt zich gehoord en gezien en geeft aan dat dat op zichzelf al helpt. Ook als er geen verdere behandeling bij komt kijken. Door ons contact merkt ze wat een arts voor een patiënt kan betekenen. Die ervaring neemt ze mee in haar eigen werk.

Als artsen spelen we een belangrijke rol in het leven van onze patiënten. Pakken we alleen het medische op of vragen we door? Hoe we daarmee omgaan, kan net het verschil maken voor die ene patiënt.”



Pakken we alleen het medische op of vragen we door? Dat kan net het verschil maken.



In deze kast liggen 'stents', kleine metalen buisjes van gaas. De radioloog plaatst deze stents in het (vernauwde) bloedvat om hem open te houden als dotteren niet genoeg helpt.

Dit is het röntgenstatief. Hiermee worden de röntgenopnames gemaakt tijdens de ingreep. De opnames verschijnen op het grote scherm. Op het kleine scherm zijn de echobeelden te zien van de bloedvaten in de lies. Deze beelden helpen bij het aanprikken van het bloedvat en het plaatsen van het werkbuisje.

Hier zie je radiodiagnostisch laboranten Mitchel (links) en Frank. Zij ondersteunen de radioloog tijdens de ingreep, bijvoorbeeld door steriele materialen klaar te leggen en aan te geven.

Een kijkje achter de schermen op de angiokamer

Op de angiokamer in HagaZiekenhuis Zoetermeer krijgen patiënten verschillende onderzoeken en behandelingen. Dit gebeurt met röntgenstraling en echografie. Denk bijvoorbeeld aan röntgenonderzoek van de bloedvaten (angiografie), dotterbehandelingen, het inbrengen van pacemakers, het plaatsen van stents en het doen van puncties. De angiokamer is onderdeel van de afdeling Radiologie.



Interventieradioloog Wouter is bezig met een dotter-behandeling. Die krijg je als je vernauwingen in je bloedvaten hebt. Via de lies plaatst de radioloog een werkbuisje in de slagader. Door dit buisje worden lange draden en dunne slangetjes (katheters) ingebracht om vernauwingen in de slagaders op te sporen. In het vernauwde gedeelte wordt dan een klein ballonnetje opgeblazen, die de vernauwing verhelpt.

In deze 'contrastpomp' zit jodiumhoudend contrastvloeistof. Deze vloeistof wordt gebruikt bij röntgenopnames, om de bloedvaten zichtbaar te maken tijdens de ingreep.

De hoeveelheid straling per röntgenonderzoek of -behandeling is zo klein dat het weinig risico's met zich meebrengt voor de patiënt. Dat is anders als je er voor je werk dagelijks mee te maken hebt. Daarom dragen de laboranten en de radioloog een loodschort (onder de blauwe steriele jas). Die houdt röntgenstraling tegen.

De behandeltafel is in hoogte en ligging te verstellen met de knoppen op het witte bedieningspaneel. De patiënt is steriel afgedekt met operatiedoeken. Alleen de huid van de lies is nog te zien door een gat in het doek. Tijdens de ingreep is de patiënt bij bewustzijn en alleen lokaal verdoofd rond de lies.

In de bedieningsruimte, een kleine ruimte (niet in beeld) die uitkijkt op de angiokamer, zit ook een collega. Die bedient het röntgenstatief en zorgt voor het toedienen van contrastvloeistof via de contrastpomp.

De Zoetermeerse angiokamer is eind 2023 verbouwd. Naast een fris uiterlijk is ook de apparatuur vernieuwd, waardoor de kamer van alle moderne gemakken is voorzien. Dit jaar vernieuwen we ook de angiokamers in Den Haag. Ze krijgen dezelfde up-to-date apparatuur als in Zoetermeer. Daardoor kunnen artsen van beide locaties straks makkelijker samenwerken.

Hoofdpijn bij kinderen: ‘De oplossing ligt niet altijd in een pil’

Hoofdpijnklachten bij kinderen komen steeds vaker voor. Gelukkig kunnen jonge patiënten terecht in het Kinderhoofdpijncentrum van het Juliana Kinderziekenhuis. Daar werken specialisten samen om kinderen en hun ouders te helpen. Medicatie is niet het enige redmiddel. “Een regelmatig slaapritme, gezonde voeding en voldoende beweging zijn belangrijke factoren in de aanpak van hoofdpijn.”

Hoofdpijn bij kinderen komt voor op alle leeftijden. “We zien een piek in de leeftijd tussen 9 en 16 jaar”, zegt kinderneuroloog Elke Jacobs. Samen met kinderneuroloog Els Peeters, kinderfysiotherapeut Diede Bal en hun collega’s werkt ze in het Kinderhoofdpijncentrum. Daar behandelen ze jaarlijks zo’n 300 nieuwe patiënten.

De specialisten leggen uit waarom het kan zijn dat hoofdpijn bij kinderen steeds vaker voorkomt. “De wereld gaat steeds sneller. Er komen meer prikkels op kinderen af. Ze staan altijd aan en moeten van alles: sporten, school, een druk sociaal leven. In elk ‘loos momentje’ komt de telefoon tevoorschijn. Daarnaast zien we altijd het aantal aanmeldingen stijgen als de eindtoetsen van groep 8 worden afgenomen.”

Hoofdpijn herkennen

Maar hoe herken je hoofdpijn bij kleine kinderen die nog niet goed genoeg kunnen praten om uit te leggen wat ze voelen? “Je ziet dan vaak een heel oncomfortabel kind. Die last heeft van aanvallen met bleek zien, braken en oogjes dichtknijpen”, zegt Elke. “Het kind heeft geen koorts, maar trekt zich terug en je mag hem of haar niet aanraken.”

Er zijn meerdere soorten hoofdpijn te onderscheiden: clusterhoofdpijn, spanningshoofdpijn en migraine. “Migraine is een hersenaandoening waarbij bepaalde delen in de hersenen overactief worden. Hierdoor ontstaat een tijdelijke ontregeling. Doordat 1 hersenzenuw wordt geactiveerd komen er allerlei

Heeft jouw kind aanhoudende hoofdpijnklachten?

Enkele tips:

- Zorg dat er regelmaat is in slaap. Laat je kind op een vaste tijd naar bed, maar ook uit bed gaan.
- Breng je kind vanuit rust naar bed. Dus niet stuiiterend naar boven, maar begin een uur voor bedtijd met ‘opslomen’. Zorg voor rust in huis, dus geen beeldschermen.
- Vervelen mag! Een kind moet ook ‘uit’ kunnen staan. Haal alle prikkels van buitenaf weg. Geef ruimte om te bouwen met lego, kleuren, kleien of puzzelen.
- Ga de natuur in. Ook voor pubers: sporten in de sportschool is goed, maar in het bos of op het strand is nog beter.
- Zorg in een toetsweek voor genoeg rustmomenten, de nacht is voor slapen en niet voor studeren.
- Ga naar de huisarts als de hoofdpijn het dagelijks leven belemmert. Dus als je kind feestjes moet afzeggen, niet meer met alles mee kan doen op school, of als het ‘s nachts wakker wordt van de hoofdpijn.



Kinder-
fysiotherapeut Diede
en kinderneuroloog
Elke (rechts)
boksen met een
jonge patiënt.

stofjes vrij die effect hebben op de pijnzenuwen. Dat geeft een bonkende hoofdpijn”, legt Elke uit. “Hormonen zijn een mogelijke uitlokkende factor. Dat zien we bijvoorbeeld bij tienermeiden.”

Beschermingssignaal

Hoe clusterhoofdpijn ontstaat, is nog niet volledig bekend. De oorzaken van spanningshoofdpijn verschillen per patiënt. “Hoofdpijn is vaak een beschermingssignaal van je brein. Je lijf geeft eigenlijk aan dat het niet goed gaat”, vult kinderneuroloog Els aan. “Daarom vinden we het ook zo belangrijk dat meerdere specialisten betrokken zijn bij de behandeling in het Kinderhoofdpijncentrum.”

Els vervolgt: “Uiteraard kijken we eerst naar de oorzaak van de hoofdpijn. We doen lichamelijk onderzoek, maar leefstijl speelt ook een belangrijke rol in de behandeling. We kijken naar slaap, voeding, beweging, zingeving en schermgebruik. Je kan nooit zeggen dat hoofdpijn door één ding komt. Elke schakel kan invloed hebben.”

Beweging is belangrijk

Omdat beweging zo belangrijk is, is kinderfysiotherapeut Diede ook altijd betrokken.

“Als kinderen niet goed bij hun gevoel kunnen of ze zijn bang om te bewegen omdat ze dan weer hoofdpijn krijgen, gaan we bijvoorbeeld samen boksen of hockeyen. Vaak komt tijdens de activiteit het gesprek op gang. Ook geef ik ze concrete oefeningen om meer te gaan bewegen in het dagelijks leven.”

Uitleggen hoe het pijnsysteem werkt en hoe leefstijl daar invloed op heeft, is ook een belangrijk onderdeel van de behandeling door de fysiotherapeut. “Daarnaast zetten we hypnotherapie in. Kinderen hebben ontzettend veel fantasie. Die gebruiken we in de pijnbestrijding. Zo kan je leren om als je hoofdpijn hebt, naar een fijn plekje te gaan in je onderbewuste.”

Medicatie is dus niet per se de eerste uitweg. “Er zijn medicijnen die kinderen met migraine goed kunnen helpen, maar de oplossing ligt niet altijd in een pil”, zegt Elke. “We zien dat sporten hetzelfde effect kan hebben als een medicijn. Wij moeten goed uitleggen waarom we voor deze aanpak gaan en hoe het werkt in je brein. Als het kind en de ouders dit goed oppakken, voelen patiënten soms al binnen een paar weken verschil.”

EOS

huidlaserkliniek

Omdat elke huid een verhaal heeft



Zoekt u professioneel advies over uw huid of huidklachten?

De huidtherapeut werkt samen met huisartsen en medisch specialisten, zoals dermatologen en plastisch chirurgen en kan u advies geven over uw huid en biedt u deskundige huidbehandelingen.

Herkent u zich in het volgende?

- Acne
- Beginnende zonneshade
- Huidafwijkingen, zoals ouderdomswratten en steelwratjes
- Huidverbetering
- Pijnlijke of ontsierende littekens
- Lymf- en lipoeedeem
- Ongewenste haargroei
- Pigmentvlekken
- Storende roodheid
- Spataderen
- Tatoeageverwijdering
- Vitiligo
- Wijnvlekken



EOS is gevestigd in de HagaZiekenhuis Huidkliniek

HOERLANDSE VERENIGING VAN HUIDTHERAPEUTEN



Europaweg 151 | 2711 ER ZOETERMEER
www.eoshuidkliniek.nl | 079-3462684



Proefpakket
4 maaltijden
24⁰⁰
Bestel nu



Wytze
Uw Maaltijd Thuis
bezorger

Met aandacht bereid, met liefde gebracht

Als zelf koken lastig wordt of als u er gewoon niet zo'n zin meer in hebt, dan kookt Maaltijd Thuis voor u. Lekkere gezonde Hollandse pot zoals u zelf ook op tafel zou zetten. De maaltijden worden door een vaste bezorger persoonlijk bij u gebracht. Hoe makkelijk dat is, kunt u nu heel voordelig ontdekken.



Maaltijd Thuis - Wytze Sloot ☎ 079 - 82 00 399 📧 maaltijdthuis.nl

HappyZorg

Thuiszorg met een glimlach

HappyZorg Wijkteam Zoetermeer is van mening dat thuiszorg beter kan en moet! Wij bieden deskundige thuiszorg op maat en ons wijkteam werkt kleinschalig en persoonlijk, zodat u als cliënt steeds vertrouwde gezichten ziet. Samen met u bespreken wij graag de zorgvraag die u heeft.

Ben of ken jij iemand die op zoek is naar thuiszorg? Neem dan contact op met HappyZorg Wijkteam Zoetermeer. Natuurlijk kan dit ook via uw huisarts, ziekenhuis, case manager of mantelzorger.

Happy Zorg, Happy Cliënt

Wijkteam Zoetermeer

Dublinstraat 30 2e etage | 2713 HS Zoetermeer | T 06 - 151 42 930
E wijkteam.zoetermeer@happyzorg.nl | W www.happyzorg.nl

Kapsalon & HAARWERK

Zoetermeer

centrum

Als uw haarwerk prioriteit nr.1 is voor zowel de **man** als **vrouw**.

Met 25jaar vakkennis-expertise en certificatie.

Met een persoonlijk behandelkamers.

Met een zeer uitgebreide garantie regeling.

Met een zeer compleet assortiment haarwerken.

Met keuzes uit alle diverse soorten haar.

Met het voordeligste maathaarwerk in regio.

Met Leasemogelijkheden (vanaf 65€ p.mnd.)

Met een vrijblijvend kosteloos intake gesprek.

Met contracten van alle zorgverzekeraars.

Met gratis thuiservice of in de salon met afspraak.

J.L. van Rijweg 40
2713 JA Zoetermeer
www.haarwerkcentrumzoetermeer.nl
info@haarwerkcentrumzoetermeer.nl
Telefoon. 079-3608835 / 06-48.53.81.15

Met HagaVooruit! bouwt het HagaZiekenhuis aan een financieel gezonde toekomst

De komende jaren werkt het HagaZiekenhuis aan een robuuste en toekomstbestendige organisatie. Dat doen we met het verbeterplan HagaVooruit!. Door anders, beter en slimmer te werken op beide locaties, gaan we ons ziekenhuis financieel gezonder maken. Ook zorgt het plan ervoor dat onze zorg nog beter aansluit bij de vraag van de patiënt. Begin 2026 moet het verbeterplan volledig zijn uitgevoerd.



Met het verbeterplan HagaVooruit! willen we in 2026 weer positieve cijfers boeken.

Gestegen kosten

Ons ziekenhuis staat voor een grote financiële uitdaging. Vorig jaar hadden we een flink tekort dat in de miljoenen euro's liep. Er was niet genoeg rekening gehouden met de gestegen kosten. Die stijging kwam door inflatie en ook door hogere loonkosten vanwege nieuwe cao-afspraken. Om de zorg op peil te houden, moesten we bovendien veel meer extern zorgpersoneel inhuren dan verwacht.

De afgelopen tijd werkten we hard aan het verbeterplan HagaVooruit!. Met de initiatieven uit dit plan willen we onze financiële situatie verbeteren en de zorg zo inrichten dat deze

klaar is voor de toekomst. We gaan bijvoorbeeld investeren in ICT om mee te kunnen in de digitalisering van de zorg.

Positieve cijfers

Het doel is om in 2026 weer positieve cijfers te boeken. Om dit te bereiken, moeten we flink besparen. Het kan zijn dat we daardoor afscheid moeten nemen van een aantal vaste medewerkers of dat we diensten gaan uitbesteden. Natuurlijk kijken we zorgvuldig naar welke veranderingen worden doorgevoerd. Want het belangrijkste is dat onze patiënten de beste zorg blijven ontvangen die ze van ons gewend zijn, nu en in de toekomst.

#IkbenHaga

In de rubriek Ik ben Haga vertellen medewerkers van het HagaZiekenhuis over de passie voor hun werk. Ook leren en/of werken in het HagaZiekenhuis of Juliana Kinderziekenhuis? Ondanks de financiële uitdagingen waar het ziekenhuis mee te maken heeft, zijn we nog steeds op zoek naar enthousiaste zorgprofessionals voor specifieke afdelingen. Bekijk de mogelijkheden op werkenbijhaga.nl.



‘Zoetermeer is een echt
ons-kent-ons-ziekenhuis’

Nog voordat ze haar diploma ontving, tekende Charelle Jordense (26) haar contract als fysiotherapeut in HagaZiekenhuis Zoetermeer. Vier jaar later is ze nog lang niet uitgekeken op haar werkplek. "Doordat de lijntjes hier zo kort zijn, heb ik ontzettend veel geleerd."

"Al tijdens mijn studie wist ik dat ik graag fysiotherapeut in een ziekenhuis wilde worden", vertelt Charelle. "Wat ik daar leuk aan vind, is dat je weliswaar kort met een patiënt werkt, maar wel veel vooruitgang boekt. Toevallig hadden ze in HagaZiekenhuis Zoetermeer toen 2 leerplekken beschikbaar. Een week nadat ik mijn contract met het ziekenhuis tekende, kon ik mijn diploma ophalen. Wat een timing! Ik kwam in een supergezellig team terecht."

Fysiotherapie op verpleegafdeling

Je komt Charelle tegen op de afdelingen Cardiologie, Longziekten, Neurologie en op de Intensive Care. "Ik help bijvoorbeeld mensen die een beroerte hebben gehad. Waar hebben ze uitval? Kunnen ze lopen, of alleen zitten? Ik doe krachttesten met hen op de rand van het bed. Het grootste vraagstuk is altijd: 'Kan de patiënt naar huis met of zonder zorg of is het beter als hij of zij naar een zorgpension of revalidatiecentrum gaat?' Als iemand thuis een trap op moet kunnen, beoordelen wij of dat weer gaat lukken na ons behandeltraject of dat extra revalideren nodig is."

De afdeling Fysiotherapie is op de begane grond. Er zijn meerdere behandelruimtes en een gemeenschappelijke sportzaal. Toch is Charelle ook veel boven te vinden, op de verpleegafdelingen. "Op een werkdag begin ik beneden en kijk ik welke patiënten ik ga zien. Daarna ga ik naar boven, als de artsen hun rondes hebben gedaan. Onze afdeling werkt veel samen met de verpleegkundigen. Als fysiotherapeut help ik patiënten bijvoorbeeld uit bed te komen. Als het kan, gaan we naar beneden voor de fysiotherapieoefeningen, maar regelmatig doen we ook activiteiten op de kamer van de patiënt."

Hand op schouder

Haar werk gaat veel verder dan alleen mensen - letterlijk - op de been te krijgen. "Ik ben er vaak op de momenten dat de arts net is geweest en patiënten misschien wel slecht nieuws hebben gekregen. Dan leg ik een hand op hun schouder en luister naar hun verhaal. Soms is dat op die dag voor de patiënt voldoende. Toen ik net begon als 21-jarige vond ik dat het moeilijkste aspect van mijn werk. Inmiddels niet meer. Dat heb ik hier echt geleerd: gewoon luisteren en empathie tonen."

Het contact met mensen vindt Charelle het leukste aan haar werk. "Samen met de patiënt toewerken naar een bepaald doel en lekker onder de mensen zijn. Natuurlijk kom je verdrietige situaties tegen in het ziekenhuis, maar ook voor heel zieke mensen kan je wat betekenen. Iemand helpen met een betere lighouding, bijvoorbeeld."

Binnenlopen

Ze noemt het HagaZiekenhuis een ons-kent-ons-ziekenhuis. Tijdens het behandeltraject werkt de fysiotherapeut nauw samen met de artsen en verpleegkundigen op de verpleegafdeling. Waar nodig overleggen ze met de logopedist en diëtist. "Artsen, verpleegkundigen, collega-fysiotherapeuten: je kan bij iedereen binnenlopen met een vraag of als je uitleg nodig hebt. Zo leer ik heel veel, dat vind ik echt fijn aan deze werkplek."



**Het contact met mensen
vind ik het allerleukste aan
mijn werk.**

‘Leefstijlgeneeskunde draait om alles wat een patiënt zelf kan doen’

Het belang van een gezonde leefstijl. Daarover proberen cardioloog Sarah Hamel-Brown en internist Fazil Alidjan in gesprek te gaan met hun patiënten in HagaZiekenhuis Zoetermeer. “Leefstijlgeneeskunde draait om alles wat een patiënt zelf kan doen.” Maar er is nog te weinig kennis en informatie beschikbaar, vinden ze. Begin dit jaar organiseerden ze daarom samen met Zoetermeerse huisarts Joriet Schneider een leefstijl informatieavond in het ziekenhuis.

Fazil, Joriet en Sarah (rechts) vinden het belangrijk om leefstijl bespreekbaar te maken.



“Naast medicijnen, een behandeling of operatie is leefstijlgeneeskunde ook een manier om de gezondheid te verbeteren”, vertelt Fazil. “Zowel patiënten als artsen zijn vaak gefocust op het ziekteproces”, vult Sarah aan. “Maar we willen juist breder kijken: hoe zijn we op dit punt gekomen en hoe gaan we verder?”

Verantwoordelijkheid

Fazil: “Neem iemand die bij de longarts komt voor benauwdheid, maar die ook te zwaar is. Natuurlijk help je deze patiënt met de benauwdheid, maar daarnaast ga je in gesprek. ‘Je hebt overgewicht, daardoor heb je moeite met ademen.’ We leggen de verantwoordelijkheid dus ook bij de patiënt.”

Joriet kwam enkele jaren geleden in aanraking met leefstijlgeneeskunde. “Ik las dat Zoetermeeders dikker zijn dan de gemiddelde Nederlander. Dat moet toch anders, dacht ik.” Vanuit haar Zoetermeerse praktijk zette ze een wandelclub op. Elke donderdag om 13.00 uur vertrekt een groep. Als het kan, loopt ze zelf mee. “Wandelen is bewezen effectief tegen maag- en darmklachten, depressie en overgewicht. En bijna iedereen kan wandelen, het is gratis. Het vraagt niet veel aanpassing in je leefstijl.”

Meer dan bewegen en gezond eten

Maar een gezonde leefstijl is meer dan genoeg bewegen en gezond eten, legt Sarah uit. “Niet roken en drinken, voldoende slaap, geen stress en zingeving horen er ook bij. Daarnaast hebben weinig sociale contacten of armoede invloed op je gezondheid. We moeten durven praten over de kern van het probleem. Zo houdt de patiënt ook regie over het eigen zorgproces. Bijvoorbeeld: ben je moe, vraag jezelf dan eerst af of je goed slaapt. Zo nee, waarom niet?”



**Wandelen is bewezen
effectief tegen maag- en
darmklachten, depressie
en overgewicht.
En bijna iedereen kan het!**

Tips om je leefstijl blijvend te veranderen

- Blijf dicht bij je normale routine. Ga je met de auto naar je werk, maar wil je meer bewegen? Parkeer verderop en wandel het laatste stukje.
- Ga voor één aanpassing tegelijk. Dat houdt je beter vol. Is je doel gezonder eten of drinken? Vervang dan deze week je koffie met water. Gelukt? Neem dan de volgende stap.
- Doe het samen. Ga sporten met een maatje, vraag je partner ook een maand niet te drinken of vertel je huisgenoten dat je minder wil snoepen. Zeg wat je nodig hebt om dit te laten slagen.
- Houd het grotere doel voor ogen: waarom doe je dit? Niet alleen om nu 5 kilo kwijt te zijn, maar om voldoende fit te blijven om bijvoorbeeld met je (klein)kinderen te stoeien.
- Het is nooit te laat om je leefstijl aan te passen.
- Eet zo vers mogelijk en als kan met het seizoen mee. In verpakt voedsel zit vaak veel zout en suiker verstopt.
- Fruit moet je eten en niet drinken. Een appel geeft je een verzadigder gevoel dan een glas appelsap.

Het HagaZiekenhuis is onderdeel van Zoetermeer 2025, een samenwerkingsverband van zorginstanties en de gemeente om de gezondheid van Zoetermeeders te verbeteren. Zo kwamen de 3 artsen met elkaar in contact en ontstond het idee van de leefstijlavond. “Met de informatieavond wilden we naast patiënten ook zorgprofessionals informeren”, zegt Fazil. “Hoe breng je leefstijl ter sprake in de spreekkamer?”

Klein zaadje

“Eerst plant je een klein zaadje”, vertelt Joriet. “Een patiënt van mij had al jaren overgewicht. Telkens als ik het besprak, wilde ze er niets mee doen. Maar toen haar moeder dementie kreeg en ze me tips vroeg om zelf fysiek en mentaal fitter te worden, kon ik verder met het eerder geplante zaadje over haar gewicht. Want we weten dat mensen met overgewicht ook meer kans hebben op dementie.”

FYSIOTHERAPIE

TiM

TOGETHER IN MOTION

Topzorg
GROEP

9,1
klanten
vertellen

Samen Fitter, Gezonder en Gelukkiger!

Wij bieden de volgende **specialisaties**:

- Orthopedie / Trauma Fysiotherapie
- Hartrevalidatie
- Fysiotherapie bij COPD
- Kaak Fysiotherapie
- Manuele Therapie
- Echografie
- Dry Needling
- Shockwave

Tip:
Locatie **Willem Dreeslaan 202** ligt het dichtste bij het RHOC Zoetermeer!

U kunt vrijwel altijd gelijk bij ons terecht!
Via: Timfysiotherapie.nl
of door te bellen naar:
Algemeen: (0)85 0406038
Willem Dreeslaan: +31629328946

Uw fysiotherapeut Altijd in de buurt!
16 locaties in Zuid-Holland

SKINSO

Paramedisch Centrum voor Huidtherapie

Zoekt u professioneel advies over uw huid of huidklachten?

De huidtherapeut werkt samen met huisartsen en medisch specialisten, zoals dermatologen en plastisch chirurgen en kan u advies geven over uw huid en biedt u deskundige huidbehandelingen.

Herkent u zich in het volgende?

- Acne
- Beginnende zonneshade
- Huidafwijkingen, zoals ouderdomswratten en steelwratjes
- Huidverbetering
- Pijnlijke of ontsierende littekens
- Lymf- en lipoedeem
- Ongewenste haargroei
- Pigmentvlekken
- Storende roodheid
- Spataderen
- Tatoeageverwijdering
- Vitiligo
- Wijnvlekken

SKINSO is gevestigd in de HagaZiekenhuis Huidkliniek.

Europaweg 151 | 2711ER Zoetermeer
Telefoon: 079-3462684 | Email: info@skinso.nl

EXACT ZICHT
IN ELK LICHT

Het najaar is in aantocht en het wordt weer vroeger donker. We hebben meer licht nodig om goed te kunnen zien. Lezen gaat bijvoorbeeld lastiger, maar ook deelname aan het verkeer vergt veel van uw ogen. Minder scherp zicht, afnemend contrast en verminderde kleurwaarneming. Wanneer uw zicht een dagelijkse uitdaging wordt, kunnen **B.I.G. EXACT®** biometrische glazen beduidend scherper zicht en meer comfort bieden.

Biometrisch DNEye® oogonderzoek
De basis hiervoor is een individuele meting van de ogen die Casper van Haastrecht, als ervaren expert in

Biometrisch Intelligente Glazen bij Casper Optometrie in Zoetermeer, uitvoert met behulp van de modernste technologie: de DNEye® Scanner.

MAAK NU EEN AFSpraak

Het contactlenscentrum van Zoetermeer voor alle soorten contactlenzen hard, zacht en nachtlenzen. Nauwe samenwerking met de oogartsen en de huisartsen in de regio.

B.I.G. EXACT® – BIOMETRISCH INTELLIGENTE GLAZEN

Onderzoek* toont aan:

92%
ervaart scherper zicht dan voorheen

84%
ervaart beter contrast zicht

80%
ervaart beter zicht bij schemering

*DNEye® customer survey (2018), Zurich.

Casper

CONTACTLENZEN | OPTOMETRIE | MODEBRILLEN

Winkelcentrum Seghwaert
Petuniatuin 26, 2724 NA Zoetermeer
T. 079 - 36 06 937
www.caseroptometrie.nl

Waar vind je ons?

HagaZiekenhuis Den Haag & Juliana Kinderziekenhuis

Els Borst-Eilersplein 275,
2545 AA Den Haag
T (070) 210 0000

Spoedplein HagaZiekenhuis Den Haag

Charlotte Jacobslaan 10,
2545 AB Den Haag
T (070) 210 0000

Openbaar vervoer

HTM RandstadRail 4,
HTM tram 6,
HTM bus 21, 23 en 26,
streekbus 31, 37 en 456A,
halte Leyenburg.

Parkeren

APCOA Parking Haga Hospital,
navigeer naar Escamplaan 874.

Meer informatie

Scan de QR-code voor
meer informatie over
onze locaties.



HagaZiekenhuis Zoetermeer

Toneellaan 1, 2725 NA Zoetermeer
T (079) 346 2626

Centrum Acute Zorg Zoetermeer

Toneellaan 1 (ingang Brechtzijde)
2725 NA Zoetermeer
T (079) 346 2626

Openbaar vervoer

Bus 70, halte LangeLand Ziekenhuis, HTM
RandstadRail 3, halte De Leyens (10 minuten
lopen, volg de borden met een 'H' erop).
De ouderenbus stopt voor de hoofdingang
(di t/m vrij – info: (088) 023 4232).

Parkeren

Eigen parkeerterrein of garage (eerste 30 minuten
gratis, garage alleen open van 7 tot 23 uur).

HagaZiekenhuis Huidkliniek Zoetermeer

Europaweg 151,
2711 ER Zoetermeer
T (079) 346 2886

Openbaar vervoer

HTM RandstadRail 3 en 4, halte Stadhuis
(6 minuten lopen), EBS bus 70,
halte Salomeschouw (3 minuten lopen).

Parkeren

Parkeergarage aan Duitslandlaan
(eerste 2 uur gratis).
Navigeer naar Duitslandlaan P9.

Online informatie over het HagaZiekenhuis

Kijk op onze websites:

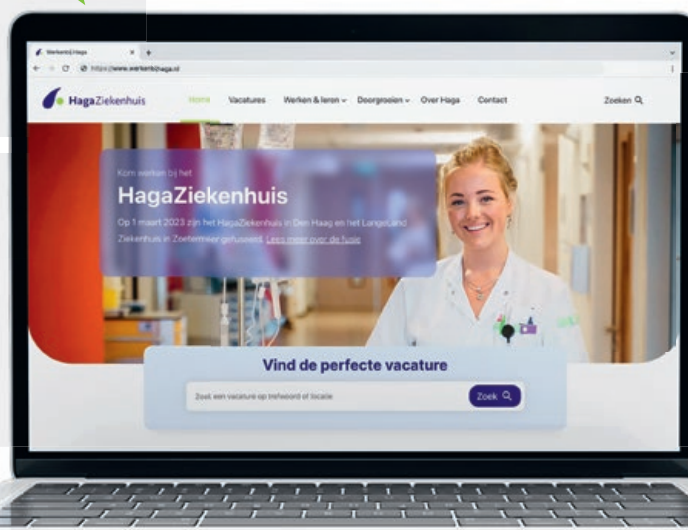
- hagaziekenhuis.nl
- julianakinderziekenhuis.nl
- werkenbijhaga.nl

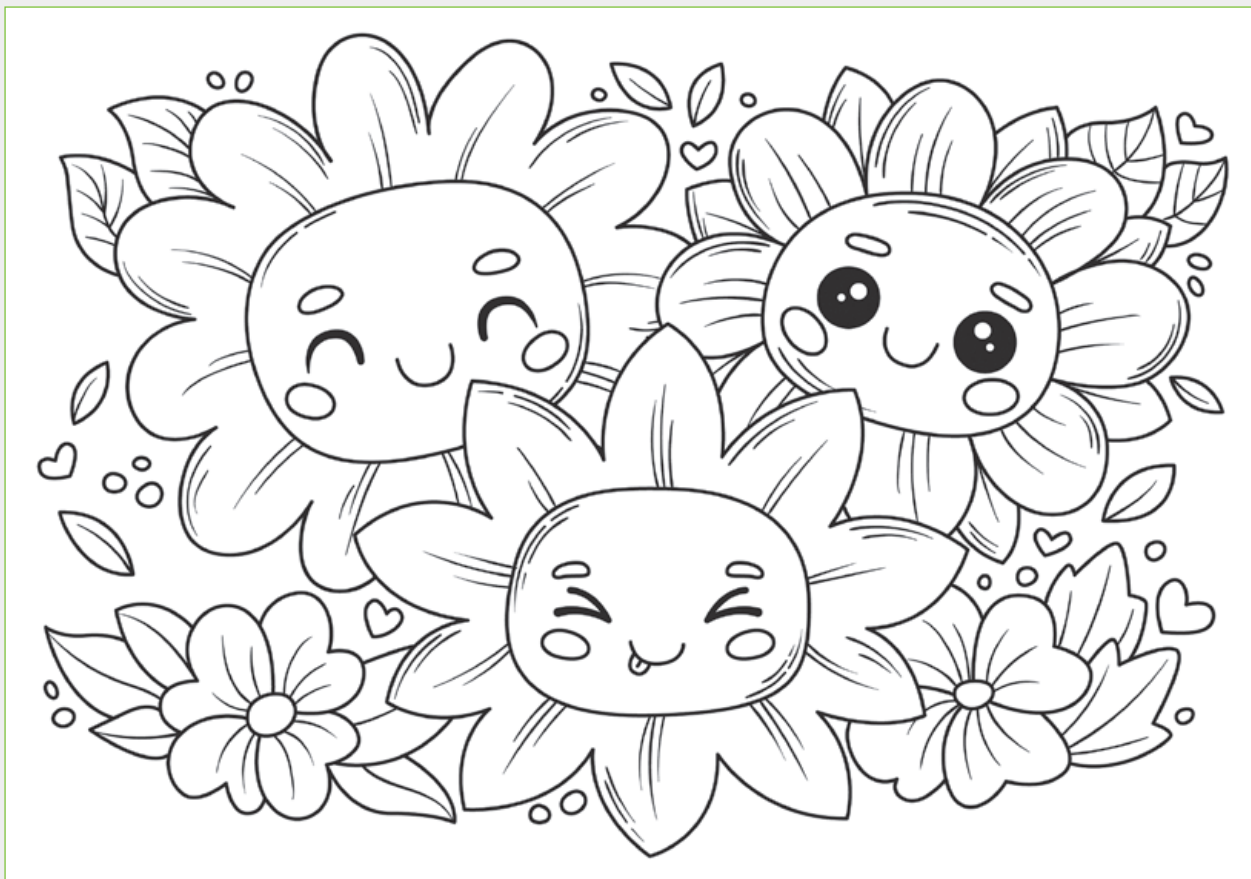
Volg ons ook op:



Zorgplein Westland

Zandeveldplein 3,
2692 AH 's-Gravenzande
T (0174) 417 227
Streekbus 31, halte Zandeveldplein





Leef
door in
herinnering

Bij overlijden bel
0800 1903

Het afscheid
dat je blijft
herinneringenblijven.nl



A photograph of two women in a clinical setting. One woman, wearing a leopard print top and glasses, is standing against a height measurement scale on a wall. The other woman, wearing a green floral top and glasses, is reaching up to adjust the scale. The background is a plain white wall. A large, stylized green and yellow swoosh graphic is on the left side of the image.

Last van ernstig overgewicht?

Met een operatie en onze begeleiding pakt u het aan!

Gratis voorlichting
kijk op onze website!

Scan de
QR code



De Nederlandse Obesitas Kliniek (NOK) organiseert online informatiebijeenkomsten over de (operatieve) behandeling van obesitas (ernstig overgewicht) voor mensen met obesitas, hun naasten en andere belangstellenden. Tijdens een zoomsessie krijgt u informatie over het leefstijltraject en de operatie, en kunt u vragen te stellen.

Kijk voor meer informatie op obesitaskliniek.nl/agenda (of gebruik de QR code). U kunt zich dan ook direct aanmelden.

N E D E R L A N D S E
OBESITAS
K L I N I E K

Voor vragen kunt u ons bereiken via 0182 - 23 20 40
of info-gouda@obesitaskliniek.nl

 **HagaZiekenhuis**

HEUPklachten?



Ons team van professionals staat voor u klaar!

- ✓ Kwalitatieve zorg staat centraal
- ✓ Verscheidenheid aan specialisten
- ✓ Ook bij u aan huis
- ✓ Moderne technieken en apparatuur
- ✓ Geen wachtlijst



Tel. 079 - 320 02 11 | mtczoetermeer.nl

Op zoek naar Thuiszorg?

Wij van Blinkers bieden persoonlijke verzorging en verpleging op maat.



Iedereen verdient goede zorg aan huis.

Altijd.

Nu en in de toekomst.

www.blinkers.nl/zorgaanbod



Blinkers
Thuiszorg, zó geregeld