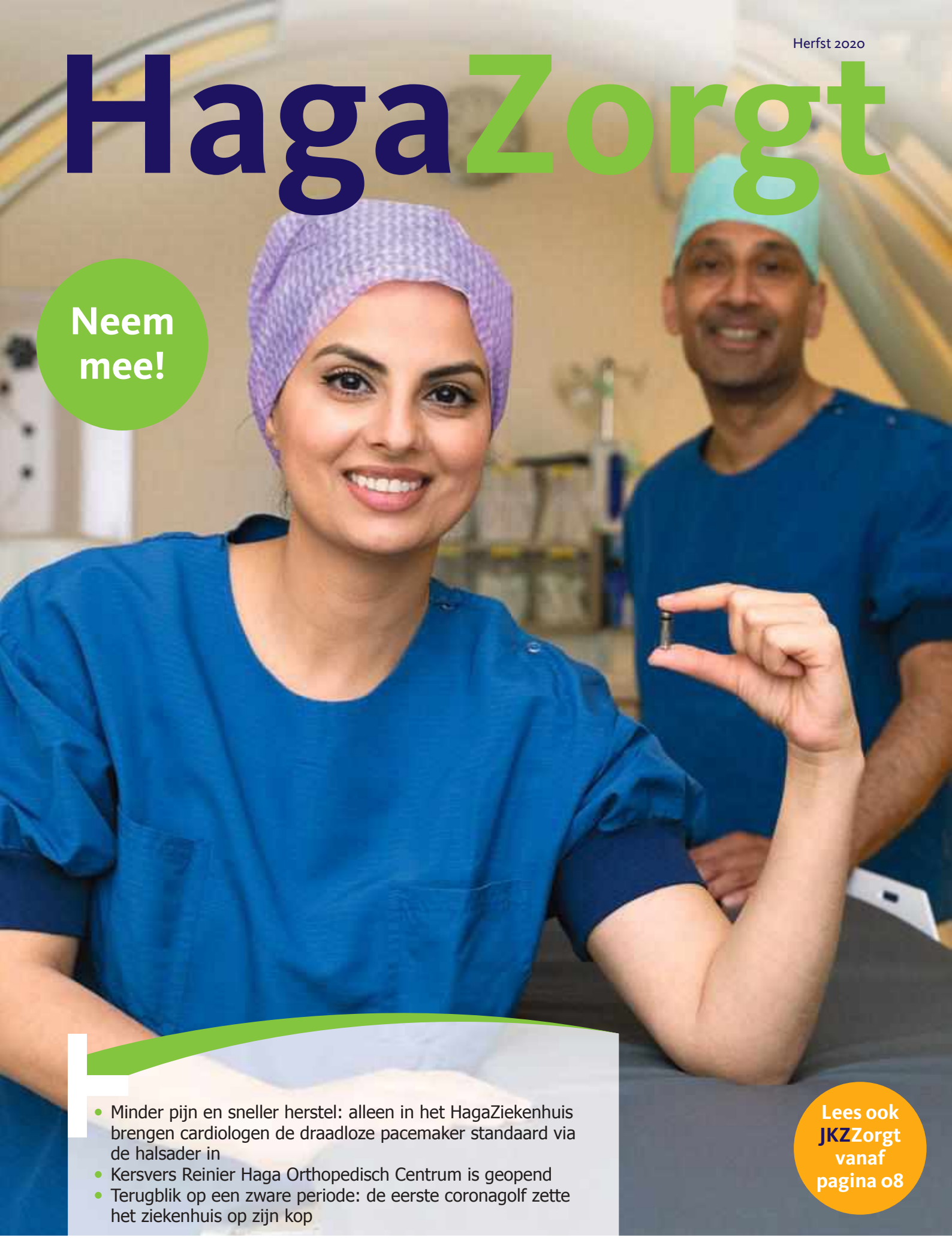
Herfst 2020

HagaZorgt



Neem mee!

- Minder pijn en sneller herstel: alleen in het HagaZiekenhuis brengen cardiologen de draadloze pacemaker standaard via de halsader in
- Kersvers Reinier Haga Orthopedisch Centrum is geopend
- Terugblik op een zware periode: de eerste coronagolf zette het ziekenhuis op zijn kop

Lees ook JKZZorgt vanaf pagina 08

HagaZiekenhuis van Den Haag

Juliana Kinderziekenhuis

Stichting Eykenburg

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

Zorg om de Hoek 24-7 Thuiszorg

Thuiszorg voor iedereen!

Onze thuiszorg diensten:

- Huishoudelijke verzorging
- Persoonlijke verzorging
- Verpleging
- Begeleiding individueel
- Nachtzorg
- Zorg bij Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH)

Wij werken met maximaal 2 zorgverleners per cliënt

Kijk voor meer informatie op:
www.24-7zorgomdehoek.nl

Jan Luykenlaan 57, 2533 JL Den Haag
T: 070 - 8880206 / **M:** 06 - 54961236
E-mail: info@24-7zorgomdehoek.nl

Vegro

Welkom bij Vegro

Vegro is het Expertisecentrum voor hulpmiddelen. Bij ons kan je terecht voor het lenen, huren en kopen van hulpmiddelen en voor advies over hoe je zo lang mogelijk comfortabel kunt leven.

→ Kijk voor een Vegro Thuiszorgwinkel bij jou in de buurt op vegro.nl/onze-winkels.

Langskomen in de winkel niet mogelijk? Onze woonconsulent komt graag bij jou thuis om hulpmiddelen te demonstreren. Bel daarvoor **0900 - 2 88 77 66**, of kijk op **vegro.nl**.

vegro.nl • Expertisecentrum Hulpmiddelen • 0900 - 288 77 66

2007-01-1

HagaZorgt

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 Jacobslaan 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 (sluit eind 2020)
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
Zandeveltplein 3 • 2692 AH 's-Gravenzande
✆ (0174) 417 227
Connexxion bus 31, 35

Verder in dit nummer

Ik ben Haga: Alexander Hensen, verpleegkundige Acute Zorg in opleiding **09**

155 kilometer fietsen voor het JKZ **11**

Locatie Sportlaan gaat dicht **12**

Ruim een miljoen voor onderzoek naar behandeling ziekte van Ménière **24**

Nieuwe ooglens verhelpt staar als lenszakje ontbreekt **25**

Bereikbaarheid en parkeren in de nabije toekomst **27**

Haga gaat parttime vegetarisch en wordt geheel rookvrij **29**

Recept / puzzel **30**

COVID-19 zette van maart tot de zomer van 2020 het ziekenhuis op zijn kop. Een overzicht in woord en beeld

13 t/m 23

Juliana Kinderziekenhuis

Nieuws en informatie vindt u op pagina 8 t/m 11 van JKZZorgt

COLOFON

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

Tekst en productie:
Afdeling Communicatie

Fotografie:
Afdeling Communicatie, Henriëtte Guest, Hans Oostrum, Marina de Jonge, Frank Jansen, Gerhard Nel.

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

Hemanth Ramanna en Shmaila Saleem-Talib van ons Haga Hart Long Centrum zijn de eerste cardiologen in Europa die draadloze pacemakers via de halsader in het hart plaatsen. Wereldwijd is veel belangstelling getoond voor hun techniek. Inmiddels is bij 44 patiënten in het HagaZiekenhuis op deze wijze een pacemaker geplaatst.

Draadloze pacemaker via de halsader: uniek in Europa

Hemanth Ramanna vertelt dat het toepassen van de nieuwe techniek voortvloeide uit een praktijksituatie: "Wij kregen kort na elkaar twee patiënten bij wie een pacemaker plaatsen via de liesaders niet mogelijk was. Daarom hebben wij bij hen noodgedwongen de methode via de halsader toegepast. Dat ging zó goed dat de ingreep via de hals nu onze standaardmethode is geworden. De techniek is niet moeilijker, maar moet wel door een ervaren arts worden toegepast."

"Bij de methode via de lies moeten patiënten tien uur plat blijven liggen om nabloeding te voorkomen", vult Shmaila Saleem-Talib aan. "Dat is niet fijn. Het voordeel van de nieuwe techniek via de halsader is dat patiënten nu direct uit bed kunnen en nog dezelfde dag naar huis mogen. De methode geeft geen nabloedingen en is ook minder pijnlijk."

Veel belangstelling wereldwijd

Wereldwijd werd de nieuwe techniek eerder bij nog maar twee patiënten toegepast in Amerika. Nadat de Haga-cardiologen er genoeg ervaring mee hadden opgedaan, publiceerden zij samen met collega's Van Driel, Chaldoupi, Borleffs en ingenieurs Nikolic en Van Wessel een artikel in het gerenommeerde tijdschrift PACE, waarin de techniek en de resultaten werden beschreven. Het werd het meest gedownloade artikel van 2019. Ramanna en Saleem-Talib kregen daarna veel telefoontjes van cardiologen uit de hele wereld die ook belangstelling hadden voor de techniek. Om hen te helpen, is in het HagaZiekenhuis een – inmiddels veelbekeken – instructievideo gemaakt.

Cardiologen Hemanth Ramanna en Shmaila Saleem-Talib zijn pioniers van het inzetten van de draadloze pacemaker via de halsader

“Het voordeel van de nieuwe techniek via de halsader is dat patiënten nu direct uit bed kunnen en nog dezelfde dag naar huis mogen. De methode geeft geen nabloedingen en is ook minder pijnlijk.”

Van Dinter Den Haag BV is gespecialiseerd in orthopedische hulpmiddelen:

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

Uw klacht is onze zorg!

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

Van Dinter Den Haag
orthopedische instrumentmakerij

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

www.vandinterdenhaag.nl

Volg ons nu ook op Facebook!

Volledig herstellen na corona, begint bij Basalt

Voor mensen die na corona nog klachten ervaren biedt Basalt een volledig herstelprogramma. U komt in aanmerking voor dit programma na een ziekenhuis- of ic-opname, of als u thuis herstelde van corona en de restklachten beperken u in uw dagelijks leven. Voor revalidatie bij Basalt heeft u een verwijzing van uw medisch specialist of huisarts nodig. U vindt onze poliklinieken in of nabij de ziekenhuizen in Den Haag, Leiden, Alphen aan den Rijn, Gouda, Zoetermeer, Leiderdorp en Delft.

Wij staan voor u klaar

basalt
De kracht van revalidatie

basaltrevalidatie.nl

Het nieuwe Reinier Haga Orthopedisch Centrum (RHOC) in Zoetermeer is daadkrachtig gestart. De eerste weken was het zelfs zo druk dat de telefooncentrale het bijna niet aankon. Honderden mensen hadden gewacht op de opening. Zij wilden heel graag een afspraak maken. Ze belden voor een behandeling van klachten aan hun schouders, heupen, knieën of andere gewrichten. En natuurlijk wilden ze meteen ook het mooie, nieuwe gebouw van binnen zien.

Nieuw RHOC open: van buiten hotel, van binnen zorg

Diantha Brandse uit Den Haag was op 7 juli de eerste patiënt. Ze kwam met het openbaar vervoer bij orthopeed Max Hoelen voor een schouder-operatie. "Het was prima te doen met het openbaar vervoer", vertelt ze. "We waren er binnen een half uur met de tram, die hier vlakbij stopt."

Het Orthopedisch Centrum is het grootste in z'n soort in Nederland en biedt zorg voor alle gewrichten. Er werken twintig orthopeden en een sportarts. Dankzij dit grote team en een directe relatie met huisartsen, fysiotherapeuten en nabijgelegen ziekenhuizen, biedt het RHOC de meest complete en veilige orthopedische zorg.

De vraag naar deze zorg is groot en neemt steeds verder toe. Dit komt vooral door de vergrijzing van onze samenleving. Veel van deze zorg kan worden geboden in het RHOC: hier is elk jaar ruimte voor 70.000 patiënten. Kinderen blijven voor behandeling in het Juliana Kinderziekenhuis in Den Haag. Ook spoedeisende orthopedische zorg blijft bij de drie ziekenhuizen die samen het RHOC hebben gebouwd: het HagaZiekenhuis, het LangeLand Ziekenhuis en het Reinier de Graaf.

Bewegen in een fijne omgeving

"In ons centrum hebben we alles rondom de patiënt georganiseerd, niet andersom. Tijdens het verblijf van onze patiënten is alles erop gericht om hem of haar zo veel mogelijk te laten bewegen in een fijne omgeving", vertelt medisch directeur Rolf Bloem. "Het is onze roeping patiënten hun beweeglijkheid terug te geven én te laten behouden. Vooral voor de groeiende groep ouderen is fit worden, blijven bewegen en het voorkómen van een val belangrijk. Als het nodig is, kan een lifestylecoach hierbij helpen."

Het modern vormgegeven gebouw is een ontwerp van EGM-architecten en bestaat uit drie verdiepingen. Door een grote, open binnenplaats met veel licht en groen bevinden patiënten zich in een rustgevende sfeer. Dit bevordert een snel herstel.

Juliana Kinderziekenhuis

De Haagse Stadsgenootjes zijn glutenvrij en verpakt in een vrolijk jasje. Ze zijn online te bestellen via www.stadsgenootjes.nl

Bij een geboorte hoort natuurlijk beschuit met muisjes. Traditiegetrouw zijn deze roze of blauw. In het Haga Juliana Geboortecentrum kunnen kersverse ouders de komende tijd ook kiezen voor een bijzondere variant: groene en gele muisjes, mét de vertrouwde anijssmaak. Merel en Luciano, dolgelukkige ouders van dochter Marley Noé, kregen de zogeheten 'Haagse Stadsgenootjes' als eersten op hun beschuit.

Haagse Stadsgenootjes *voor nieuwe stadsgenootjes*

Olaf Ouwerkerk is de bedenker van de Stadsgenootjes. Hij serveerde bij de geboorte van zijn eigen kinderen de bekende roze en blauwe muisjes. Maar anno 2020 vindt hij het tijd voor iets nieuws. "De babykamer wordt in veel gevallen ook niet meer roze of blauw geverfd", vertelt hij. "Waarom zouden we ouders dan ook niet wat meer keuze geven bij de geboortetraktatie? Als je net papa of mama wordt, ben je hartstikke trots. En trots ben je vast ook op de stad waar je kind het levenslicht ziet. Hoe leuk is het dan om de geboorte van een nieuwe Hagenaar of Hagenees te vieren met groene en gele muisjes?"

Het Haga Juliana Geboortecentrum trakteert de eerste honderd kersverse ouders op de Haagse Stadsgenootjes. Bij Merel en Luciano viel de lekkernij in de smaak. De kleine Marley Noé had er weinig aandacht voor. Zij sliep rustig door tijdens het feestelijke momentje.

Gespecialiseerd verpleegkundige Marieke Brinkman van het Haga Juliana Geboortecentrum overhandigt aan Merel en Luciano Haagse Stadsgenootjes om de geboorte van hun dochter Marley Noé te vieren

In de rubriek 'Ik ben Haga' vertellen medewerkers van het HagaZiekenhuis en het Juliana Kinderziekenhuis (JKZ) over de passie voor hun werk.

Ik ben Haga: Alexander Hensen

Ook leren en/of werken in het HagaZiekenhuis of Juliana Kinderziekenhuis? Bekijk de mogelijkheden op werkenbijhaga.nl

Alexander Hensen is 34 jaar en verpleegkundige Acute Zorg in opleiding. Hij leert het vak op de kinderspoedeisendehulp (kinder-SEH) van het JKZ. Van besluiteloze puber heeft hij zich ontpopt tot een gedreven zorgverlener met een passie voor Acute Zorg.

Dagelijks reist Alexander vanuit zijn woonplaats Utrecht naar het JKZ voor zijn post-hbo-leerwerk-traject. Op de kinder-SEH ziet hij patiënten met uiteenlopende klachten. "Wanneer een zorgsituatie acuut wordt, gaat mijn hart sneller kloppen en word ik extra scherp", vertelt hij enthousiast. "Ik sta dan als het ware maximaal 'aan'. Ik vind het uitdagend om alle mogelijke oorzaken terug te brengen naar één of twee. En om alert te blijven, omdat minder ingewikkelde zorg toch ingewikkeld en dus moeilijk kan blijken."

Ontstoken hartzakje

"Laatst was er een tiener op de SEH met long-klachten. Hij dacht hoogstwaarschijnlijk dat hij met een receptje voor antibiotica weer naar huis zou gaan. Maar hij gedroeg zich niet als iemand met een longontsteking", zo zag Alexander. "We moesten hem af en toe zelfs een beetje afremmen; hij was veel te energiek. Toen de longfoto was beoordeeld, moest hij met spoed naar de Intensive Care. Wat bleek: hij had een ontstoken hartzakje gevuld met bijna twee glazen vocht. Dat had dramatisch kunnen aflopen. Ik moet er niet aan denken wat er was gebeurd als hij een dag langer had gewacht …", zegt Alexander geëmotioneerd. De verpleegkundige kan dit soort dingen soms moeilijk van zich afschudden. Thuis heeft hij gelukkig een luisterend oor: zijn vriendin is IC-verpleegkundige in opleiding. Zij snapt wat hij meemaakt.

Plannen is de kunst

Alexanders leerwerktraject duurt nog dik een jaar, daarna is hij klaar. Hij werkt 32 uur per week, inclusief schooldagen, maar daar komt nog heel wat huiswerk bij. Hierdoor heeft hij minder tijd voor andere dingen, zoals sporten. "Dat heeft even geen prioriteit meer. Mijn vriendin zie ik ook minder. Wanneer zij nachtdienst heeft en ik late dienst, zien we elkaar bijna niet. Maar wanneer we echt iets samen willen doen, nemen we beiden een dag vrij. Plannen is de kunst", besluit hij grijnzend.

Gesignaleerd in het Juliana Kinderziekenhuis (JKZ): een horde zachte knuffelkonijnen! Ze belandden in het ziekenhuis dankzij een mooie actie van het Ronald McDonald Kinderfonds. Na wat dolle pret te hebben gehad in het speelschip van het JKZ, werden ze in de armen gesloten door de opgenomen kinderen. Dankjewel Ronald McDonald Kinderfonds!

Knuffelkonijnen veroveren JKZ

Zijn ze niet lief, deze pluizige hangoren?

Opnames

Per jaar worden ruim 6000 kinderen opgenomen in het JKZ. Voor kinderen is een ziekenhuisopname vaak ingrijpend. Er lopen mensen in witte jassen rond en ouders lijken toch wat meer gespannen dan anders. Als JKZ willen we voorkomen dat een ziekenhuisopname traumatisch wordt.

Ontspanning en afleiding

We doen daarom ons best om een wereld van ontspanning en afleiding te creëren. Bijvoorbeeld in de vorm van speeltoestellen, knuffelkarakters, (interactieve) games en beleefruimtes. Mooie acties zoals deze van het Ronald McDonald Kinderfonds helpen om kinderen gerust te stellen. ●

Met de kinderfondsknuffel geef je een knuffel aan families van wie de wereld op zijn kop staat door ziekte of zorg. Wil jij ook een ziek kind blij maken met een knuffelkonijn? Of wil je er zelf één hebben? Ga dan naar het Kinderfonds (www.kinderfonds.nl/kinderfondsknuffel)

Bewegen is belangrijk, ook als je in het ziekenhuis ligt. Maar wat is de beste manier om opgenomen kinderen aan het bewegen te krijgen? Student Toegepaste Psychologie Gerinda den Bok onderzocht dit in het JKZ.

Snel uit bed voor beter herstel

Gerinda ondervroeg veertig ouders van opgenomen kinderen en deed literatuuronderzoek.
Tijdens het onderzoek merkte ze dat ouders eerder slaap en rust stimuleren dan het in beweging komen. "Zelf zou ik misschien ook tegen een ziek kind zeggen dat het goed moet slapen en uitrusten. Terwijl dat niet het beste hoeft te zijn voor het herstel van het kind!" aldus de inmiddels afgestudeerde psychologe.
De ouders bleken behoefte te hebben om meer te leren over het belang van bewegen, de gevolgen van te weinig bewegen én wat de bewegingsmogelijkheden in het kinderziekenhuis zijn. Daarom maakte Gerinda voor hen een poster en een webpagina.
De vrolijke poster hangt nu op elke kinderkamer. Als je de QR-code scant, kun je zien wat er in het JKZ te doen is. En dat is heel veel! Er zijn interactieve borden, een voetbaltafel, een speelboot en een speelhelikopter bijvoorbeeld. Ook worden er tal van activiteiten georganiseerd, zodat kinderen even kunnen vergeten dat ze ziek zijn. ●

Langs deze weg wil Gerinda alle ouders bedanken die hun verhaal met haar gedeeld hebben

155 kilometer fietsen voor het JKZ

Dit jaar was alweer de twaalfde editie van de sponsorwielertocht Den Haag – Texel. Op vrijdag 25 september begonnen de deelnemers enthousiast aan hun 155 kilometer lange rit; dit alles om geld op te halen voor het Juliana Kinderziekenhuis.

De renners vertrokken in kleine groepjes vanaf sportpark De Kastelenring in Leidschendam. Met zijn allen fietsten zij ruim 30.000 euro bij elkaar. Namens de kinderen en medewerkers van het JKZ: dank jullie wel!! ●

Eind 2020 sluit het HagaZiekenhuis locatie Sportlaan. Eén voor één verhuizen de poliklinieken, de afdelingen Dialyse en Radiologie van de Sportlaan naar locatie Leyweg. Heeft u een afspraak bij een van deze afdelingen? In uw afspraakbrief of in ons patiëntportaal MijnHaga leest u waar u uw afspraak heeft. Als u twijfelt, kunt u het beste contact opnemen met de betreffende afdeling.

HagaZiekenhuis sluit locatie Sportlaan

De laatste afdelingen van het HagaZiekenhuis aan de Sportlaan verhuizen nog dit jaar naar locatie Leyweg

Adres locatie Leyweg
HagaZiekenhuis, locatie Leyweg
Els Borst-Eilersplein 275
2545 AA Den Haag
Telefoon (070) 210 0000

Wanneer is de verhuizing?

Zoals u misschien weet, is een aantal afdelingen al verhuisd. De laatste poliklinieken verhuizen eind dit jaar. Wilt u weten in welke maand uw afdeling verhuist? Kijk dan op de website van het HagaZiekenhuis: www.hagaziekenhuis.nl/locaties/sportlaan.

Waarom gaat locatie Sportlaan dicht?

Na de sluiting van locatie Sportlaan zijn de zorg-functies op één locatie bij elkaar. Dat is efficiënt voor zowel patiënten als medewerkers. Op locatie Leyweg staat een vernieuwd en innovatief ziekenhuis. Daar zijn alle hightech-afdelingen, zoals de IC en de OK, beschikbaar als het nodig is. ●

Eind 2019 wordt voor het eerst melding gemaakt van COVID-19: een ziekte die veroorzaakt wordt door het nieuwe coronavirus SARS-Cov-2 en die kan leiden tot ernstige ademhalingsproblemen en zelfs de dood.

De COVID-19-pandemie: een haast onmogelijke opdracht

In februari 2020 duikt het virus voor het eerst in Nederland op. Ziekenhuizen staan dan voor een opdracht die bijna onmogelijk lijkt. Het aantal IC-plaatsen moet in een paar weken van 1150 naar 2400. En dat is niet een kwestie van een bed plaatsen, maar vooral van genoeg IC-verpleegkundigen, terwijl de zorg kampt met grote personeelstekorten. Daarom krijgen IC-verpleegkundigen ondersteuning van een groot aantal buddy's, veelal medisch personeel van andere afdelingen. De apotheek werkt extra diensten en er komen speciale 'draaiteams' om de ernstig zieke coronapatiënten op hun buik te leggen. Zo kunnen ze beter beademd worden.

Het aantal IC-bedden in het HagaZiekenhuis moet in twee weken van 18 naar 28. De patiënten die op de IC liggen hebben intensieve zorg nodig, in drie diensten per dag.

Het HagaZiekenhuis schakelt direct over op het crisisbeleid. Er wordt in 48 uur een speciale coronahuisartsenpost uit de grond gestampt. Tientallen collega's melden zich aan om de IC-verpleegkundigen te ondersteunen.

Tijdens de piek van de crisis liggen er tachtig tot negentig coronapatiënten in het ziekenhuis. Velen van hen worden beter – maar sommige patiënten kunnen we helaas niet redden. Het hakt er vaak zwaar in. Bij de nabestaanden, maar ook bij de medewerkers. ●

Op de volgende pagina's blikken we kort terug op de coronacrisis in het voorjaar van 2020. In woord en beeld. Om niet te vergeten. >>

Henk en Anneke Jautze (75 en 73 jaar) zijn 52 jaar getrouwd en hebben twee dochters. Ook zijn ze opa en oma van twee kleindochters, op wie ze stapelgek zijn. In maart raken Henk en Anneke beiden geïnfecteerd met het coronavirus. Met Henk gaat het zo slecht, dat hij al snel op de Intensive Care terechtkomt. Anneke, zelf opgenomen op de minder zware COVID-afdeling van het ziekenhuis, maakt zich ernstige zorgen over haar man.

Henk en Anneke: een overwinning met een rouwrand

Jan Kaffa, consulent ouderen-geneeskunde

Benauwd en vermoeid

vertelt ze met tranen in haar ogen hoe bang ze is dat haar man het niet gaat redden. Aan Jan Kaffa, de consulent ouderen-geneeskunde die in deze zware tijd coronapatiënten sociaal-emotioneel ondersteunt, uit ze haar zorgen met horten en stoten. Nu zowel haar man als zijzelf in het ziekenhuis zijn opgenomen, vreest ze dat haar dochters en kleindochters ook geïnfecteerd zijn geraakt met het virus. Het lucht haar op om erover te kunnen praten.

Ook oudste dochter Angelique vindt het fijn dat er iemand is met wie ze haar zorgen kan bespreken. Ze vertelt geëmotioneerd over de angst om zowel haar vader als haar moeder te verliezen. Die angst lijkt werkelijkheid te gaan worden als haar moeder kort daarop plotseling niet meer aanspreekbaar is. Anneke blijkt stervende. Als enige van de familie mag Angelique bij haar zijn. Geëmotioneerd neemt ze afscheid van haar moeder. Op 28 maart 2020 overlijdt Anneke Jautze, één dag voor de verjaardag van haar moeder, aan de gevolgen van het coronavirus. Ze is dan 73 jaar oud.

Richten op lichtpunten

Na twee weken vechten op de Intensive Care gaat het beter met Henk Jautze. Hij wordt overgeplaatst naar de COVID-afdeling. Hier moet dochter Angelique haar vader gaan vertellen dat haar moeder is overleden. En niet alleen dat: Anneke is inmiddels ook al gecremeerd. Ze vraagt of Jan haar hierbij kan ondersteunen.
In eerste instantie is Henk te zwak om zich te kunnen uiten. Maar dat het nieuws hard aankomt, is duidelijk zichtbaar. Geëmotioneerd vraagt Angelique haar vader om te blijven vechten.

> **Het ophalen van liefdevolle herinneringen aan zijn gezin zorgt voor wat rust**

In de dagen die volgen, komen de emoties aan de oppervlakte. Henk is peilloos verdrietig. Maar ook voelt hij woede, omdat hij geen afscheid heeft kunnen nemen van zijn vrouw. Hij geeft aan dat hij het niet meer ziet zitten; het is allemaal te veel om te bevatten. Op verzoek van Jan neemt Angelique foto's mee van alle dierbaren, zodat haar vader zich kan richten op de lichtpunten in zijn leven. Gezien de uitzonderlijke omstandigheden mag Angelique met beschermende kleding op bezoek komen. Ondertussen spreekt Jan Kaffa Henk meerdere keren per dag om hem te ondersteunen. Het helpt allemaal.

Henk en Anneke Jautze

Warm weerzien

Het ophalen van liefdevolle herinneringen aan zijn gezin zorgt voor wat rust. Met een lach en een traan vertelt Henk over de eerste ontmoeting met zijn echtgenote, zo'n 54 jaar geleden. Hij was toen nog een stoere jongen op een Puch. Hij leerde Anneke kennen in een dancing en al na twee jaar stapten ze in het huwelijksbootje. Allerlei mooie anekdotes volgen. Henk kijkt tevreden terug op een goed huwelijk. Het is onwerkelijk dat hij Anneke niet meer zal zien.
Met de foto's in de hand dwingt hij zichzelf te kijken naar wat hij nog wél heeft. Hij vertelt dat hij enorm trots is op zijn dochters en klein-dochters. Hij is stapelgek op ze. Voor hen wil hij vechten.

Geholpen door de goede zorgen van de verpleeg-kundigen knapt Henk stapje voor stapje op.
Op Goede Vrijdag komt het verlossende antwoord: hij mag na het paasweekend met ontslag naar revalidatiecentrum Basalt. De blijdschap is groot: Henk heeft corona verslagen. Emotioneel vertelt hij dat de gesprekken hem door de opname heen hebben gedragen. Jan is ontroerd, maar benadrukt dat hij het niet alleen heeft gedaan. Een heel team van artsen, verpleegkundigen, zorgondersteuners en andere disciplines heeft aan Henks herstel bijgedragen.

Als Henk uit het ziekenhuis ontslagen wordt, staat heel zijn familie hem buiten op te wachten. Een warmer weerzien is niet in te denken. ●

Met Henk Jautze gaat het naar omstandigheden inmiddels redelijk. Hij haalt zijn kracht uit zijn kinderen en kleinkinderen. Jan Kaffa ondersteunt hem zo lang het nodig is.

uvex
uvex

Patiënten die door COVID-19 zeer ernstige klachten krijgen, liggen al gauw zo'n drie weken op de Intensive Care. Zij worden meestal in coma gehouden en aan de beademing gelegd.

Door COVID-19 kunnen de longblaasjes en longvaatjes dichtvallen. Hierdoor is nauwelijks of geen zuurstofopname meer mogelijk. Het kan dan helpen om de patiënt op de buik leggen, zodat de longblaasjes en -vaatjes aan de rugzijde opengaan.

Zo'n zestien uur ligt de patiënt in buikligging. Deze moet zo nu en dan worden afgewisseld met rugligging. Dan komt het 'draaiteam' in actie. Dit team bestaat uit IC-artsen, IC-verpleegkundigen en buddy's (zorgverleners van andere specialismen). Het draaien is precisiewerk dat goed gecoördineerd moet worden, want er mogen geen slangen (van onder andere de beademingsapparatuur) losgaan. De 'captain' aan het hoofdeinde van het bed coördineert de bewegingen. ●

Tientallen verpleegkundigen, OK-assistenten en andere collega's met een medische achtergrond functioneerden tijdens de eerste coronagolf als buddy (ondersteuner) voor de IC-verpleegkundigen. Dat was heel hard nodig, want met zo veel extra patiënten en een tekort aan IC-verpleegkundigen was de werkdruk ongelooflijk hoog. Jennifer en Saskia vertellen over hun ervaringen.

Zij waren buddy

Jennifer Oosterbaan: "We vonden veel steun bij elkaar"

Jennifer Oosterbaan draaide weken mee als buddy op de Intensive Care. "Mijn werk als physician assistant (de rechterhand van een medisch specialist) bij de neurochirurgie lag even stil. Alle aandacht ging naar de COVID-19-patiënten in het ziekenhuis. De werkdruk op de IC was zo hoog dat extra hulp daar hard nodig was. Ik ondersteunde Patty Slaager (IC-verpleegkundige in opleiding) bij haar werk. Zoals bloedafname, controleren en toedienen van medicatie, assisteren bij buikdraaiing. We hebben soms extra uren moeten maken."

Voor Patty was het ook bijzonder wat zij meemaakte op de IC: "Zó veel patiënten kwamen tegelijk binnen met hetzelfde ziektebeeld … ernstig ziek en niet wetend hoe het zou aflopen. Dat was confronterend. Vooral de wetenschap dat niet iedereen het gaat redden, ook al doen we er alles aan om de patiënt er weer bovenop te helpen." Jennifer: "We vonden gelukkig veel steun bij elkaar en het ziekenhuis heeft een mental support team waar je altijd terechtkan. Erover praten is vaak al genoeg voor de emotionele verwerking." ●

Jennifer Oosterbaan (links) en Patty Slaager

Saskia van Dongen: "Het mentale stukje is echt zwaar"

Kinderverpleegkundige Saskia van Dongen draaide drie diensten mee op de COVID-afdeling en schreef twee blogs over haar ervaringen. Een fragment.

'Ik kom te werken op afdeling B. Daar komen alle mensen terecht met een verdenking op COVID-19. Zodra de uitslag bekend is, worden ze overgeplaatst. Zijn ze besmet, dan gaan ze naar afdeling A. Zijn ze niet besmet, dan gaan ze naar een andere afdeling. Een duidelijke werkwijze, strakke structuur en veel patiëntwisselingen.
Er wordt een mevrouw op de afdeling gebracht. Haar dochter komt mee om spulletjes te brengen. Ze kust haar moeder tot ziens en zegt dat ze haar hopelijk snel weer thuis ziet. Dan moet ze de afdeling meteen weer verlaten. Later op de dag wordt de patiënte overgeplaatst naar afdeling A. Mijn collega vertelt mij dat deze mevrouw echt ziek is en het waarschijnlijk niet gaat redden. Dat voelt zwaar en is voor mij moeilijk te verteren.
Als mijn leidinggevende de volgende dag aan mij vraagt hoe het met mij gaat en hoe de dienst is geweest, barst ik in tranen uit. Nu pas besef ik hoeveel impact dit op mij heeft. De werkzaamheden op de afdeling zijn goed te doen, maar het mentale stukje is echt zwaar. En dan heb ik pas één dag gehad.' ●

Een deel van de 'bikkels' van Logistiek, met als derde van rechts Fred Bruggeling

Voor de zorgafdelingen van het HagaZiekenhuis was de eerste coronagolf een bijzonder inspannende periode. Wat veel mensen niet weten, is dat ook de ondersteunende afdelingen, zoals Logistiek, het bijzonder druk kregen. Met aanvullende taken die niemand anders op zich wilde nemen.

"Wij deden wat niemand wilde doen"

"Er kwam al heel snel een tekort aan steriel en onsteriel isolatiemateriaal, desinfectant en mond-neusmaskers", vertelt coördinator Logistiek Fred Bruggeling. "Vooral de maskers waren heel slecht te krijgen. Het was een enorme klus om ervoor te zorgen dat ons zorgpersoneel veilig zijn werk kon blijven doen."

Alles wat wél binnenkwam, moest in het weekend worden uitgezocht en uitgestald. Bij Logistiek werden alle verloven aan het begin van de crisis daarom direct ingetrokken. Fred staat ervan te kijken hoe goed dat door de medewerkers is opgepakt. "Iedereen is vol gas gaan werken. We moesten natuurlijk de afdelingen bevoorraden, zuurstofflessen rondbrengen, lab-rondes lopen, vier keer per dag het vuilnis ophalen. Daarnaast liepen we extra rondes voor de zuurstof. Ook haalden wij alle coronatests op van de medewerkers die thuiszaten. Dat waren er soms wel vijf op een dag. De medewerkers zetten die test dan voor de deur neer en een van ons haalde die op."

Uitbehandelde patiënten

Wat veel mensen niet weten, is dat Logistiek in deze periode ook de patiënten die uitbehandeld waren, heeft thuisgebracht. "En we hebben ouderen van het ene naar het andere verzorgings-tehuis vervoerd", vertelt Fred. "De taxi's wilden die ritten niet doen, eigenlijk durfde niemand het aan. Ik heb er toen vrijwilligers voor gevraagd en een paar bikkels bereid gevonden."

In al die tijd is er van de vijftig medewerkers op de afdeling maar één medewerker ziek geworden. "Terwijl ook de brancardiers hebben doorgelopen met zieke mensen", benadrukt Fred. "Ik ben ontzettend trots op al die collega's. Iedereen heeft keihard gewerkt. Ik hoop natuurlijk dat er geen nieuwe opnamegolf komt, maar als dat zo is, gaan we het gewoon wéér doen." ●

Heeft u zorg nodig?

Alpo zorg is een kleine organisatie voor volwassenen. Wij geven zorg aan huis met kwaliteit en een glimlach, werken met gediplomeerde zorgverleners en vinden persoonlijk contact belangrijk. Daarom werken wij met kleine teams rondom de cliënt. Dit doen wij via zorg in natura, WMO, het persoonsgebonden budget en particulier.

Wij bieden de volgende diensten:

- **Verzorging**
- **Verpleging**
- **Terminale zorg**
- **Huishuidelijke hulp**
- **Thuisadministratie**
- **Begeleiding**

Voor meer informatie: 079 - 737 02 08
of bezoek onze website: www.alpozorg.nl

Alpo zorg is een erkend leerbedrijf en lid van Zorgthuisnl

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 **06 - 463 414 91**

www.oldael.nl

OLDAEL

Als het thuis even niet meer gaat

Herstellen of aansterken na een ziekenhuisopname?

Of tijdelijk dicht bij huis gerichte zorg nodig?

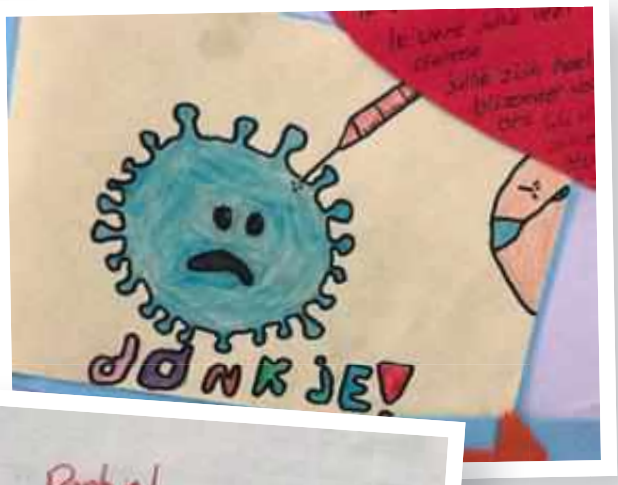
HWW zorg helpt u er weer bovenop!

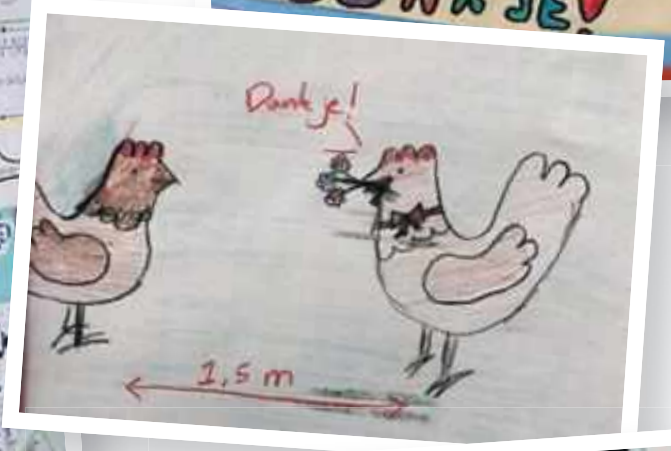
Wilt u meer weten?
Klantenservice: (070) 379 33 00

hwwzorg.nl

HWW zorg

Tekeningen, kaarten, brieven, kleurplaten ... jullie stuurden ze massaal op. Dat heeft ons heel goed gedaan! De creaties kregen een mooi plekje in de lichtstraat van ons ziekenhuis. Zo kon iedereen ervan genieten. Namens alle Hagamedewerkers: bedankt!





Heel erg bedankt!

RESIDENCE HAGANUM

RUIMTE VOOR **ZORG**

Residence Haganum biedt aan ouderen die zorg behoeven een (tijdelijk) thuis met hoogwaardige zorg en service in het centrum van Den Haag. Bijzonder is dat wij ons hierbij op de brede groep ouderen richten. Residence Haganum selecteert niet op de oorzaak/ reden van de zorgvraag. De bewoner kiest zélf voor Residence Haganum.

Wil je meer te weten komen over Residence Haganum of Valuas Zorggroep? Wij staan je graag te woord.

www. residencehaganum.nl | 070 - 31 849 00 | info@residencehaganum.nl
Tasmanstraat 188-1, 2518 VT Den Haag

"Aandacht en professionaliteit hand in hand."

Het coronavirus kostte Jesse Hinsbeeck (21) zijn baan in een verzorgingstehuis. Het virus leverde hem echter ook een baan op. Sinds deze zomer staat hij bij de ingang van ons ziekenhuis. Daar zorgt hij er samen met zijn collega's voor dat het HagaZiekenhuis zo veel mogelijk vrij van corona blijft.

"Het voelt goed om belangrijk werk te doen"

Zo'n vier dagen per week verwelkomt Jesse patiënten en bezoekers als zij het ziekenhuis in komen. Gehuld in een groene polo en voorzien van mondkapje en spatbril stelt hij vragen over de gezondheid. "We willen weten of iemand klachten heeft die passen bij corona", vertelt Jesse. "En we vragen of iemand in de omgeving onlangs positief getest is of klachten heeft."

Erlangs glippen

Afhankelijk van de antwoorden krijgt een patiënt een mondkapje mee. Ook moeten alle patiënten en bezoekers hun handen ontsmetten. Niet iedereen is blij met de screening. Regelmatig proberen mensen langs Jesse en zijn collega's te glippen. "Gelukkig staan we op drukke momenten met vier personen. Dan is het moeilijk om langs ons te komen", zegt Jesse lachend.

Begrip

Jesse vindt het belangrijk om corona zo veel mogelijk buiten het ziekenhuis te houden. Toch begrijpt hij wel dat niet iedereen zin heeft om de vragen te beantwoorden of de handen te ontsmetten. "Mensen die erg ziek zijn, hebben wel iets anders aan hun hoofd. Dat snap ik heel goed. Ik vraag in zo'n geval altijd of ze ook mijn kant van het verhaal begrijpen. Meestal draaien mensen dan wel bij."

Complimenten

De screeningsmedewerkers staan zeven dagen per week bij de entree van het ziekenhuis. Gelukkig waarderen veel patiënten en bezoekers het werk van Jesse en zijn collega's wel. "Mensen vertellen dat ze het goed vinden wat wij doen. Daar ben ik heel blij mee. Het voelt goed om belangrijk werk te doen." ●

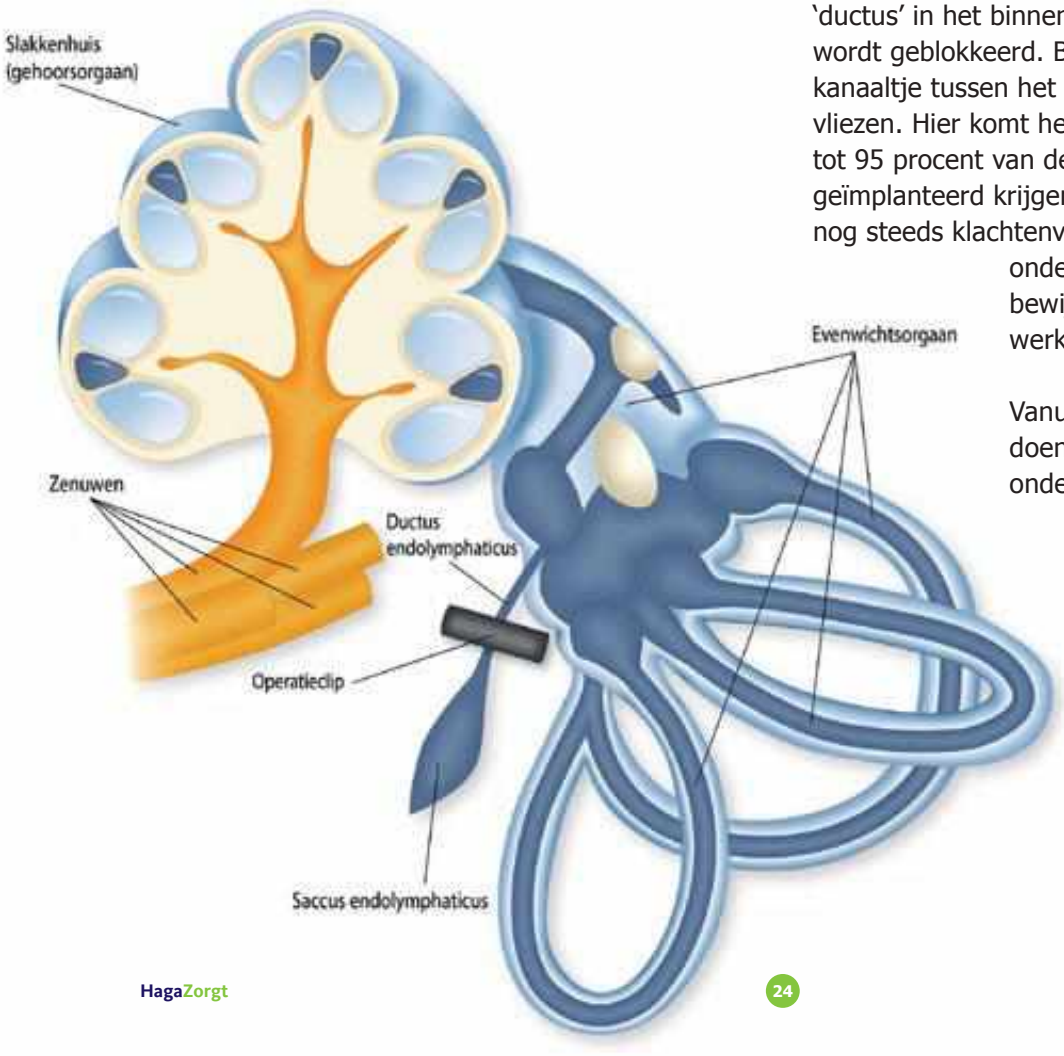
In Nederland hebben zo'n 17.000 mensen de ziekte van Ménière. Een ziekte met ernstige verschijnselen, zoals aanvallen van draaiduizeligheid, misselijkheid, oorsuizen en slecht horen. Een operatie aan het evenwichtsorgaan met een titanium clipje kan patiënten mogelijk van hun klachten afhelpen.

1,4 miljoen euro voor onderzoek naar veelbelovende behandeling ziekte van Ménière

Elf Nederlandse ziekenhuizen, onder leiding van het HagaZiekenhuis, het LUMC en het Haaglanden Medisch Centrum, krijgen een subsidie van 1,4 miljoen euro van Zorginstituut Nederland en ZonMw om onderzoek te doen naar de effectiviteit van deze behandeling. Wordt die effectiviteit aangetoond, dan kan de zorg via het basispakket worden vergoed.

Bij patiënten met Ménière is sprake van een teveel aan vloeistof in het binnenoor. De oorzaak hiervan is onbekend. Een overgrote meerderheid van de patiënten heeft baat bij medicatiebehandeling. Bij ongeveer 20 procent is de ziekte niet onder controle te krijgen. KNO-arts en onderzoeksleider Henk Blom van ons ziekenhuis zag tijdens een werkbezoek aan Canada een operatie waarbij de 'ductus' in het binnenoor met een titanium clipje wordt geblokkeerd. Blom: "De ductus is een kanaaltje tussen het binnenoor en de hersenvliezen. Hier komt het vocht doorheen. Zo'n 85 tot 95 procent van de patiënten die het clipje geïmplanteerd krijgen, is een jaar na de ingreep nog steeds klachtenvrij. Wij willen met ons onderzoek wetenschappelijk bewijzen dat de behandelmethode werkt."

Vanuit de elf ziekenhuizen doen 84 patiënten mee aan het onderzoek. ●



Binnenoor met de titanium clip (afbeelding: Lisa de Pont, aios Radiologie)

Oogartsen Kristel Maaijwee en Giulio Bamonte van het HagaZiekenhuis, gespecialiseerd in vitreoretinale chirurgie (operaties aan oogglasvocht en netvlies), zijn enthousiast over de nieuwe Carlevale-lens. De lens wordt gebruikt als er geen kunstlens op de normale plek in het oog geplaatst kan worden. Het bijzondere van de nieuwe lens zijn de twee flexibele harpoentjes aan de uiteinden, waardoor de lens zich vanzelf vastzet in de oogrok. Hierdoor hoeft de lens niet meer aan de iris te worden vastgemaakt of in het oog gehecht te worden.

Nieuwe ooglens verhelpt staar als lenszakje ontbreekt

Foto: Frank Jansen

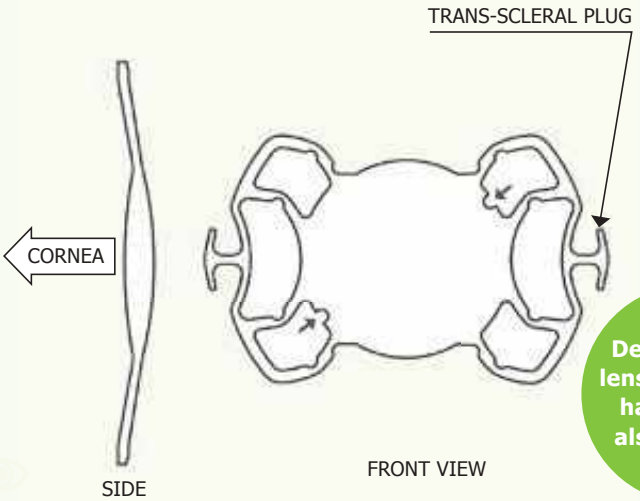
Oogartsen Kristel Maaijwee en Giulio Bamonte over de nieuwe ooglens: "Het inzetten is een dankbare ingreep"

Bij een normale staaroperatie wordt de lens uit zijn lenszakje gehaald en wordt er een kunststof-lens teruggeplaatst in het lenszakje. De nieuwe Carlevale-lens wordt vooral gebruikt als het lenszakje ontbreekt na bijvoorbeeld een trauma, na complicaties zoals het loslaten of scheuren van het lenszakje tijdens een staaroperatie, of bij spontane (kunst)lensloslatingen. De Carlevale-lens is in het HagaZiekenhuis al bij zo'n 25 patiënten gebruikt, en met succes. "Het is een heel dankbare ingreep", vertelt Kristel Maaijwee opgetogen. "De lens wordt opgevouwen, door een sneetje van 2,5 millimeter in het oog gebracht en achter de iris geplaatst. De harpoentjes hechten zich als ankertjes vast in het witte deel van het oog (de harde oogrok) en komen niet los. En ze zijn klein genoeg om nagenoeg onzichtbaar te zijn."

Uit Italië

Giulio Bamonte is de drijvende kracht achter de introductie van de Carlevale-lens in het HagaZiekenhuis. In zijn geboorteland Italië liep hij mee met de uitvinder ervan, oogarts Carlo Carlevale van het Karol Wojtyla Ziekenhuis in Rome. Hier zag hij de voordelen van de lens. "In Italië wordt de lens al veelvuldig gebruikt en ook in een aantal andere Europese landen wordt er al mee gewerkt.

Gek genoeg was in Nederland nog bijna niemand ermee bekend. Nu wij in het HagaZiekenhuis toestemming hebben om de lens te gebruiken, kunnen we de lens bij spoedgevallen en complicaties direct inzetten." ●



De Carlevale-lens heeft twee harpoentjes als uiteinden

naviva
kraamzorg

Werken bij Naviva betekent

- Dat je bij ons ook 4 of 5 dagen kunt werken in plaats van 8 dagen achter elkaar
- Buurtgericht kramen, maximaal 30 minuten reistijd
- Alleen overdag werken dankzij onze partusteams
- Dat je op rooster kunt werken
- Samenwerken met bekende verloskundigen
- Dat je niet alleen werkt, maar in een betrokken team

naviva.nl/vacatures

Lijkt dit je wat? Bel of mail ons dan!
06 13 58 44 38 of werken@naviva.nl

Samen zorgen

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

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

Volg ons ook op facebook en twitter.

Nog één keer er samen op uit...

Stichting Ambulance Wens

Helpt wensen mogelijk maken

Stichting Ambulance Wens

Wij zijn telefonisch bereikbaar van 8.00 - 17.00 uur.
telefoon: 010 - 226 55 16 of 06 - 12 55 99 99.
E-mail: info@ambulancewens.nl - **www.ambulancewens.nl**

Saffier

Oog voor wat telt

Snel weer thuis na revalidatie in Mechropa of Nolenshaghe

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 ziekenhuisopname zijn er op meerdere locaties eveneens mogelijkheden, ook op particuliere basis.

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

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

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

Zoals u al heeft kunnen zien, is de omgeving van het HagaZiekenhuis in de afgelopen maanden totaal veranderd. In opdracht van de gemeente Den Haag heeft vastgoedbedrijf Heijmans zeshonderd nieuwe woningen gebouwd. De eerste zijn al opgeleverd!

Bereikbaarheid en parkeren in de nabije toekomst

Als gevolg van de vernieuwingen wijzigt er ook het een en ander voor patiënten en bezoekers van het HagaZiekenhuis. Zo veranderen de toegangswegen naar het ziekenhuis en parkeert u uw auto volgend jaar in de nieuwe parkeergarage die het huidige parkeerterrein gaat vervangen.

Het HagaZiekenhuis ligt aan het nieuwe Els Borst-Eilersplein. Dit plein verbindt de ov-halte Leyenburg met de ingang van het ziekenhuis. Ook de uitgang van de parkeergarage bevindt zich op dit plein.

De nieuwe parkeergarage heeft straks twee ingangen: via de Leyweg en via de Dedemsvaartweg/Houtwijklaan. Er is één uitgang: in de richting van de Dedemsvaartweg/Houtwijklaan.

De Escamplaan richting Leyweg met de ingang van de nieuwe parkeergarage

Vanaf de hoofdingang van het HagaZiekenhuis zie je de contouren van het plein al

Aanrijroutes naar het ziekenhuis in de toekomst

De Escamplaan wordt nu ingericht voor de nieuwe aanrijroutes. Het is nog onbekend wanneer deze klaar zullen zijn.

De Escamplaan richting Leyweg met rechts de ingang van het HagaZiekenhuis

HAPPYNURSE VINDT DAT THUISZORG BETER KAN

ZORG OP MAAT

ALTIJD HETZELFDE GEZICHT

RESPECT EN AANDACHT

IN DE BUURT

HOOG GEKWALIFICEERD

U kunt bij Happy Nurse terecht voor begeleiding, persoonlijke verzorging, verpleging, gespecialiseerde verpleging, dementiezorg, palliatieve zorg in de wijken Escamp, Segbroek, Scheveningen en Loosduinen.

Ons wijkteam bestaat uit een groep enthousiaste en professionele verzorgenden en verpleegkundigen die iedere dag weer hun uiterste best doen om de zorg te leveren die aansluit bij de wensen van de cliënt.

Interesse in onze zorg? Neem geheel vrijblijvend contact op met ons kantoor aan de Goudenregenstraat 272 in Den Haag.

Interesse om bij ons te komen werken? Ook dan kun je contact met ons opnemen.

WIJKTEAMS DEN HAAG SEGBROEK/ESCAMP/LOOSDUINEN/SCHEVENINGEN

Goudenregenstraat 272, 2565 GE Den Haag
T 070 - 213 64 66 (kantooruren)

E planning.denhaagzuid@happynurse.nl
of kijk op happynurse.nl/thuiszorg

Happy Nurse beter.

Pieter van Foreest

Tijdelijk verblijf

Langer thuis

Wonen met zorg

www.pietervanforeest.nl

Gezond Haga

Rookvrij ziekenhuis

Vanaf 1 januari 2021 zijn het HagaZiekenhuis, het JKZ en de directe omgeving rookvrij. Binnen en buiten mag nergens meer gerookt worden. We sluiten ons daarmee aan bij het grote aantal ziekenhuizen en andere gezondheidsinstellingen, scholen, sportverenigingen, openbare gebouwen en horeca dat inmiddels rookvrij is. Roken en de gezondheidszorg staan op gespannen voet met elkaar. We willen als ziekenhuis een gezonde leefwijze bevorderen en vinden dat het ons als ziekenhuisorganisatie niet past om het roken te ondersteunen. Patiënten en bezoekers die toch willen roken, mogen dat alleen buiten het ziekenhuisterrein doen. Dit zal goed worden aangegeven. Om het ziekenhuis heen komt een blauwe lijn te staan. Hier begint het rookvrije gebied. Overal komen ook bordjes en tegels te staan met de tekst: Rookvrij. Op weg naar een rookvrije generatie. ●

Elke week een 'vleesloze dag' in HagaPlaza

Restaurant HagaPlaza heeft elke week op een wisselende dag de 'meatless day': een dag zonder vlees. Er staan die dag heerlijke vegetarische gerechten op de menukaart, maar even geen vleesproducten (wel vis). We doen dit omdat het eten van minder vlees past in onze wens om een duurzaam en gezond ziekenhuis te zijn.

Meatless day is wereldwijd een groeiend verschijnsel. Steeds meer mensen verminderen de hoeveelheid vlees die ze eten of stoppen helemaal met het eten van vlees of dierlijke producten. Voor hun gezondheid, voor het dierenwelzijn of vanuit het oogpunt van duurzaamheid. Het HagaZiekenhuis ondersteunt deze doelstellingen. ●

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

Groente-ratatouille *met zoete aardappel*

Hoeveelheid: 2 porties • Bereidingstijd: 20 minuten en 30 minuten oventijd

Ingrediënten:

- 1 courgette
- 1 aubergine
- 2 vleestomaten
- 1 middelgrote zoete aardappel
- 500 gr gepelde tomaten
- peper en zout
- 1 el Italiaanse kruiden

optioneel: voeg knoflook en ui toe aan de saus.

En zo doe je het

1. Verwarm de oven voor op 180 graden.
2. Snijd dunne plakken van ongeveer een halve centimeter (maximaal) van alle groenten.
3. Bak de zoete aardappel en courgette in een beetje olie in een pan voor de helft gaar.
4. Voeg je ui en knoflook toe? Bak deze dan even aan en voeg ze bij de tomatensaus.
5. Verdeel de gepelde tomaten over een ovenschaal en breng het geheel op smaak met peper, zout en Italiaanse kruiden.
6. Verdeel de groenten per soort om en om in de tomatensaus, rechtop erin gezet.
7. Bak de groenten nu gaar in de oven in ongeveer 45 minuten.

Koolhydraat-arm! Een gezond en slank recept

Eet smakelijk!

De overgebleven letters vormen de oplossing.

Woordzoeker

ANATOMIE
BEDRIJFSARTS
BLOEDONDERZOEK
BUIL
CREME
EERSTE HULP
HOMEOPATHIE
INFECTIE
INTENSIVE CARE
KWAAL
LABORATORIUM
PIPS
POLIKLINIEK
RISICO
UITWENDIG
UITZIEKEN
VERPLEGING
VERZEKEREN
ZIEKTEVERLOF

S	F	P	E	L	K	W	A	A	L	N
E	O	S	R	A	E	S	P	I	P	E
C	L	T	A	B	O	I	A	L	B	R
U	R	R	C	O	Z	C	U	U	L	E
I	E	A	E	R	R	H	I	I	G	K
T	V	S	V	A	E	L	T	S	N	E
Z	E	F	I	T	D	A	W	I	I	Z
I	T	IJ	S	O	N	N	E	N	G	R
E	K	R	N	R	O	A	N	F	E	E
K	E	D	E	I	D	T	D	E	L	V
E	I	E	T	U	E	O	I	C	P	S
N	Z	B	N	M	O	M	G	T	R	T
P	O	L	I	K	L	I	N	I	E	K
E	M	E	R	C	B	E	E	E	V	N
E	I	H	T	A	P	O	E	M	O	H

© DENKSPORT PUZZELBLADEN

Fysiotherapie
Manuele therapie
Bekkentherapie
McKenzie therapie
Dry needling

Rugschool

Fysiotherapie & Revalidatie

Rugklachten??
Andere klachten bij bewegen?

Bij ons leert u hoe u hier vanaf komt!

Gespecialiseerde Fysiotherapeuten helpen u graag

Bekijk onze website en bel voor een afspraak!

Colijnplein 12 Den Haag — 070-3685797 — info@rugschool.nl
Van Vredenburchweg 71 Rijswijk — 070-3951816 — rijswijk@rugschool.nl

Sis Care
Thuiszorg

- Huishoudelijke hulp
- Begeleiding individueel
- Persoonlijke verzorging
- Verpleging

Siscare Thuiszorg met een multiculturele sfeer, een kleinschalige en toegangkelijke organisatie **zonder wachtlijst**. Thuiszorg met deskundige liefdevolle zorg, speciaal voor onze medemens. U kunt zich aanmelden door contact op te nemen.

Steijnlaan 190 · 2571 SB Den Haag
Tel.: 070 - 250 56 53 · info@siscare.nl

www.siscare.nl

Eigenzinnig. Voorop lopen voor goede zorg.
Vechten voor een eerlijk systeem. Voor iedereen.
Eén polis, één premie. Dat is wat DSW kenmerkt.
Liever principieel dan commercieel.

2019
1
SAMR
KLANTVRIENDELIJKSTE VERZEKERAAR VAN NEDERLAND

DSW
zorgverzekeraar

Meer informatie? www.dsw.nl