

laurier

blad



2 **Nieuw in Laurentius:**
PET-CT scan mét
panoramaplafond

9 *Zero Tolerance:
wél feesten,
géén drugs*

10 Bijzondere
ontmoetingen
bij de
Ont-Moet-Bank

6 **Sneller
duidelijkheid
en minder
stress** na
borstonderzoek





Voorwoord

De zorg optimaliseren is een doorlopend proces...

...maar zo nu en dan zijn er mijlpalen waar we graag bij stilstaan! Zo opende onlangs het Zorghotel van De Zorggroep haar deuren op ons terrein, waarin ook 10 bedden beschikbaar zijn voor patiënten van Laurentius met laag complexe zorg.

Daarnaast is inmiddels de Huisartsenpost officieel geïntegreerd in ons nieuwe Spoedplein. Beide gebeurtenissen markeren een mooie ontwikkeling in onze continue streven naar efficiënte en vooral liefdevolle zorg met passie!

We zijn echter nog niet klaar met de vernieuwingen in Laurentius... de tweede fase van de nieuwbouw (bestaande uit een begane grond en eerste verdieping) en de verbouwingen van diverse afdelingen gaan ook gestaag verder. Zo zijn onder andere de Intensive Care en het restaurant in het najaar klaar voor gebruik. Als laatste fase van de (ver)nieuwbouw wordt er een verbindinggang aangelegd van het Zorghotel naar de nieuwe entreehal van ons ziekenhuis. Deze nieuwe hoofdingang is klaar voor gebruik als eind 2018 onder meer het gebouw met de Munsterzalen en de keuken zijn gesloopt.

De natuurliefhebbers onder ons kunnen zich verheugen op de groene inrichting van het terrein: er komen namelijk ongeveer 700 bomen op ons terrein, waardoor u zich in een parkachtige omgeving bevindt. We houden u uiteraard op de hoogte van alle (bouw) updates!

Welke onderwerpen staan verder centraal in dit Laurierblad? Een kleine greep uit de artikelen: op pagina 4 besteden we aandacht aan E-health en de voordelen voor zowel patiënten als zorgprofessionals. Op pagina 5 ziet u hoe de 11-jarige Kay vragen mag stellen aan zijn wellicht toekomstige collega's bij de ambulancezorg. Op de middenpagina's vindt u tips en informatie over vakantiekwalen en het antwoord op de vraag 'waarom worden veel mensen uitgerekend ziek op hun eerste vakantiedag?'. Hopelijk komt u de zomer wel op een gezonde en ontspannende manier door!

Wilt u meer weten over de onderwerpen in dit blad? Of hebt u ideeën en tips? Stuur dan een bericht naar communicatie@lzt.nl.

Ik wens u veel leesplezier en een fijne zomer!

Marja Weijers
Voorzitter Raad van Bestuur



Kort nieuws

Meer onderzoeksmogelijkheden in Laurentius dankzij nieuwe PET-CT scan

Vanaf eind mei beschikt het Laurentius Ziekenhuis over een PET-CT scan. Met deze scan kunnen bepaalde vormen van kanker en ontstekingen worden opgespoord. Patiënten die in het Laurentius onder behandeling zijn, kunnen de scan voortaan in hun eigen ziekenhuis ondergaan. Voorheen werden zij hiervoor naar andere ziekenhuizen doorverwezen.

Werking PET CT-scan

De PET CT-scan is een zogenoemde beeldvormende techniek waarbij er gebruik wordt gemaakt van

radioactieve stoffen. Met behulp van de scan kan worden bekeken waar in het lichaam de radioactieve stoffen zich ophopen, bijvoorbeeld in tumoren, uitzaaiingen of ontstekingshaarden. De scan zal daarnaast gebruikt gaan worden bij het vaststellen van bepaalde hersenaandoeningen en er kan met behulp van de scan onderscheid worden gemaakt tussen de verschillende vormen van Parkinson en dementie. De PET-CT scan is tevens behulpzaam bij het in beeld brengen van de schade van een



hartinfarct en het maken van de overweging of een ingreep zinvol is.

Dankzij de Vrienden van Laurentius kunnen patiënten van een plezierig uitzicht genieten tijdens het ondergaan van de scan.

Kijk op pagina 10 voor meer informatie.

Uitslag Cliëntenpanel

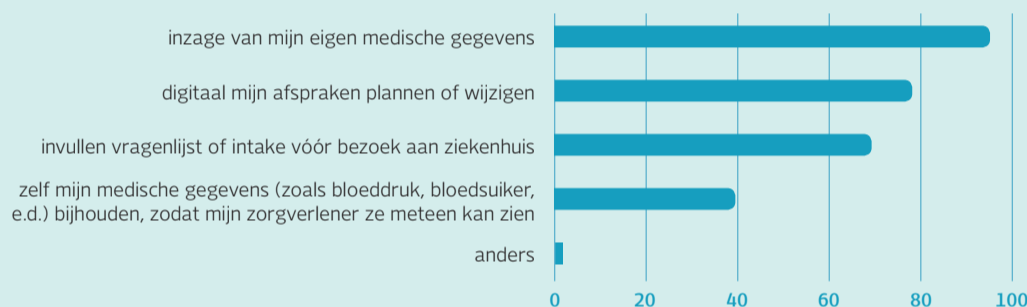


Digitaal patiëntenportaal: ook iets voor u?

Het Laurentius Ziekenhuis werkt aan het patiëntenportaal. Via deze digitale, beveiligde omgeving is het bijvoorbeeld mogelijk om zelf afspraken in te plannen en een aantal van uw medische gegevens te raadplegen. De leden van het Cliëntenpanel hebben wel oren naar een dergelijk portaal!

In de meest recente enquête onder het Cliëntenpanel legden we de deelnemers verschillende vragen voor over het patiëntenportaal. Denken ze er gebruik van te gaan maken en wat zijn voor- en nadelen? 90% van de respondenten geeft aan gebruik te willen gaan maken van een dergelijk portaal. Wat willen ze daar dan in kunnen zien? De grafiek geeft inzicht:

Welke mogelijkheden wenst u in het patiëntenportaal?



Meningen verdeeld

Het Cliëntenpanel was erg verdeeld over de wens om laboratoriumuitslagen al in te zien, nog vóórdat de uitslag met de arts besproken is. Een krappe meerderheid (51%) voelt hier niets voor. Wanneer de uitslag slecht nieuws betekent, stelt 55% het op prijs om de uitslagen vooraf te zien. Een meerderheid (69%) vindt niet dat anderen toegang moeten krijgen tot de gegevens in het portaal. Degenen die dat wel op prijs stellen, denken hierbij aan de partner of (volwassen) zoon of dochter.

Videogesprek

Wij legden de deelnemers ook de vraag voor: "Stel het is mogelijk voor u als (chronisch) patiënt een herhaalconsult met uw arts via een videogesprek of e-mail te voeren. Denkt u hiervan gebruik te gaan maken?" Ook hierbij waren de meningen sterk verdeeld: 54% zegt 'ja' en 46% 'nee'. Voornaamste redenen voor 'nee': Voorkeur voor persoonlijk contact en onpersoonlijkheid van de digitale weg. De arts kan emoties en fysieke toestand/lichaams taal niet zien. Voornaamste redenen voor 'ja': Het bespaart tijd en (reis)kosten, is gemakkelijk, efficiënt en je hoeft zo niet zo vaak naar het ziekenhuis.

Positieve insteek

Theo Hoekjan, voorzitter Cliëntenraad: "Wij nemen de resultaten van deze uitvraag mee als input bij onze projectvergaderingen over het nieuw te ontwikkelen portaal. Wij staan positief tegenover een patiëntenportaal en worden door de uitkomsten van dit onderzoek in onze visie gesteund. De verdeeldheid van de deelnemers over de vragen rond het videogesprek, de lab uitslagen en het slechtnieuwsgesprek hadden we wel verwacht. Het persoonlijk contact blijft natuurlijk uitermate belangrijk en kan nooit geheel vervangen worden door digitaal contact. Ook moeten we zorgvuldig omgaan met het feit dat sommige ouderen wat minder makkelijk met digitale hulpmiddelen kunnen omgaan. Wij zien hier een rol voor de Cliëntenraad in weggelegd."

Alle resultaten en volgende enquête

U kunt alle resultaten van de enquête nalezen op onze website www.lzr.nl/clientenpanel. De volgende enquête is in juni uitgezet en gaat over het opname- en ontslaggesprek.

Ontwikkeling patiëntenportaal

Het patiëntenportaal zal een beveiligde omgeving worden waarop u kunt inloggen met uw DigiD en sms-code. Het portaal zal in het eerste kwartaal van 2018 worden opengesteld.



Eric Deckers

Huisartsenpraktijk Deckers in Haelen

Door onze patiënten wordt het Laurentius Ziekenhuis meestal "HÉT" ziekenhuis genoemd, waaraan je kunt merken dat het een centrale plaats heeft in de gezondheidszorg in onze regio. Als ik vraag naar welk ziekenhuis de verwijzing moet, word ik vaak met enige verbazing aangekeken en klinkt het: "Doot mer gewuuen Remunj".

Nauw verbonden met Laurentius

Niet alleen patiënten voelen zich nauw verbonden met Laurentius, ook in mijn eigen leven speelt het ziekenhuis altijd al een grote rol. Buiten het feit dat ik er geboren ben, heeft het ook in relatie tot mijn vroegere en huidige werk een belangrijke plek. Na de middelbare school heb ik de toenmalige 'In-service'-opleiding tot verpleegkundige hier gedaan. In enkele jaren tijd werkte je dan op diverse afdelingen en leerde je snel veel mensen in het ziekenhuis kennen. Na het voltooien van de opleiding tot verpleegkundige besloot ik geneeskunde te gaan studeren en - hoe onverwacht kunnen dingen uitpakken - kon ik uiteindelijk een huisartsenpraktijk overnemen in mijn eigen dorp, Haelen. Lekker 'eigen' en ons-kent-ons. Onze praktijk werkt voor wat betreft ziekenhuiszorg nauw samen met Laurentius en vaak ontmoet en spreek ik hier mensen die ik nog vanuit mijn tijd als verpleegkundige ken.

Fors toegenomen drukte

In de loop der jaren is het ziekenhuis sterk veranderd, niet alleen voor wat betreft het gebouw, maar met name ook op het gebied van de organisatie. Dit geldt in gelijke mate voor onze huisartsenpraktijk. Ook hier is de omvang van team en het takenpakket sterk gegroeid. Fors toegenomen drukte in huisartsenpraktijken maakt het onmogelijk om als huisarts nog alles zelf te doen, iets waar patiënten weleens over mopperen.

Hogere verwachtingen

Niet alleen ziekenhuis en huisartsenpraktijk zijn in de loop van de tijd sterk veranderd, ook 'de' patiënt is niet meer dezelfde als vroeger. Onder andere door vergrijzing van de bevolking, ouderen die langer thuis wonen en eerder uit het ziekenhuis worden ontslagen, groeit de druk(te) in de huisartsenpraktijken. Met een hardwerkend en enthousiast praktijkteam is het allemaal nog te doen, maar het wordt wel steeds moeilijker om te bieden wat patiënten van ons vragen en verwachten. Deels komt dit doordat er steeds meer eisen worden gesteld. Mensen stellen (begrijpelijkerwijs) vaak hun eigen situatie of probleem centraal, terwijl wij onze zorg en aandacht over zo'n 2400 patiënten moeten verdelen.

Ondanks het feit dat de vele veranderingen de afgelopen jaren het huisartsenvak sterk hebben veranderd, blijft huisarts zijn een mooi vak. Misschien wel het mooiste vak ter wereld!

E-health: aanbieden van zorg via digitale oplossingen

Tegenwoordig maken we de hele dag gebruik van allerlei digitale oplossingen. We boeken online onze vakantie. Voor onze bankzaken hoeven we niet meer naar de bank. Die doen we op de tablet of smartphone. En via een app kunnen we precies zien hoeveel kilometer en met welke snelheid we gerend hebben.

Inmiddels gebeurt het steeds vaker dat we ook in de zorg zoeken naar digitale oplossingen. E-health is een nieuwe manier van het aanbieden van zorg via digitale oplossingen.

E-health staat voor het gebruik van technologie ter ondersteuning of verbetering van de gezondheid en de gezondheidszorg. Voorbeelden van e-health toepassingen zijn onder andere een e-consult, beeldbellen of telemonitoring (op afstand toezicht houden op

de patiënt). Het gaat hierbij vooral om mensen méér comfort te bieden en om patiënten sneller en makkelijker te kunnen helpen. Vooral voor mensen met een chronische ziekte kan e-health uitkomst bieden. Wanneer zij zelf thuis hun metingen kunnen doen en deze gegevens makkelijk en veilig kunnen delen met de arts of verpleegkundige, hoeven zij hiervoor minder vaak naar het ziekenhuis. De zorgverlener heeft dan altijd de meest actuele informatie bij de hand en kan hierdoor gerichter te werk gaan. De kans op fouten wordt



hierdoor beperkt. E-health is geen doel op zich, maar kan de zorg wél ondersteunen.

Inge Hensen, projectleider e-health: "In het Laurentius Ziekenhuis hebben we ook aandacht voor e-health. Zo organiseren we op 29 juni een informatiemarkt en lezingen om onze medewerkers en onze patiënten bewust te maken van de mogelijkheden van e-health. De ontwikkelingen op dit gebied zijn nu in volle gang en zullen alleen maar toenemen de komende jaren."

Bouwontwikkelingen

Ook in deze editie van het Laurierblad weer de laatste stand van zaken rond onze nieuw- en verbouw. De contouren van de nieuwbouw zijn al goed te zien en ook op verbouwgebied staat er weer van alles op de planning!

Nieuwbouw

De nieuwbouw verloopt globaal volgens planning. Naar verwachting wordt het gebouw gefaseerd opgeleverd in de periode september t/m november 2017. De nieuwe Intensive Care, het restaurant, de vergaderruimtes en de verbinding tussen nieuw- en bestaande bouw zullen dan gereed zijn. Het nieuwe restaurant wordt een gecombineerd bezoekers- en personeelsrestaurant en zal eind november 2017 in gebruik worden genomen. In de nieuwbouw wordt ook de nieuwe hoofdentree gevestigd. Deze wordt echter nog niet tegelijkertijd met de nieuwe afdelingen in gebruik genomen. De tijdsplanning voor de ingebruikname van de entree wordt nog bepaald. Vanuit de nieuwe hoofdingang van het ziekenhuis zal er ook een verbindingsgang worden gemaakt naar de hal van het Zorghotel. Hiermee zal eind 2017 gestart worden.

Verbouwing verpleegafdelingen

Per 1 juni is gestart met de verbouw van verpleegafdeling B2 Chirurgie. Hier is ongeveer drie maanden voor ingepland. Daarna is verpleegafdeling B3 Interne geneeskunde aan de beurt voor een renovatie. De afdelingen worden tijdelijk op een andere plaats gehuisvest. Op elke verpleegafdeling komen 7 eenpersoonskamers, 7 tweepersoonskamers en 2 vierpersoonskamers. Er komen meer eenpersoonskamers dan in de huidige

situatie. De kamers zijn groter en allemaal voorzien van eigen sanitair en toilet. Uiteraard krijgen zij ook de uitstraling en kleuren zoals die in de nieuwbouw en andere verbouwde verpleegafdelingen is doorgevoerd. Volgend jaar zomer zijn ook verpleegafdeling A3 en B3 aan de beurt voor een renovatie.

Verbouwing op de poli's

Ook op de poli's wordt nog het nodige gerenoveerd. Halverwege juli zal de poli chirurgie tijdelijk gehuisvest worden in het souterrain van het ziekenhuis. Dit om overlast van de nieuwbouw en omliggende renovaties voor deze poli te beperken. Eind 2017 wordt een start gemaakt met de verbouw van het nieuwe opnamebureau, de poli oogheelkunde (op de huidige plaats van het bezoekersrestaurant de Pelikaan) en de verbouw van de poli interne geneeskunde (op de plaats van de huidige IC). De verbouwwerkzaamheden zullen in 2017 en 2018 nog verder gaan.



Als alle bouwwerkzaamheden zijn afgerond zal dit het voorterrein met de nieuwe hoofdingang worden, bereikbaar vanuit de Oranjelaan. Links op de foto ziet u het Zorghotel.

Wat doet een ambulanceverpleegkundige?

Kay van Wegberg wil later graag ambulancebroeder worden. Vandaag mag hij samen met zijn zusje Inez een kijkje in een ambulance nemen. Chauffeur Johan en verpleegkundige Serge vertellen hen hoe het eraan toe gaat op de ambulance.



Kay mag achter het stuur van de ambulance plaats nemen. "Kijk," zegt Johan. "Op dit schermje komen de meldingen binnen. We zien dan waar we naar toe moeten en of het een spoedrit is. Als dat het geval is, drukken we op deze gele knop en dan gaat de sirene af." Vervolgens mogen Kay en Inez achter in de ambulance plaatsnemen waar Serge uitlegt wat hier allemaal gebeurt. "De patiënt ligt op het bed en met verschillende soorten apparatuur kunnen we hem of haar onderzoeken. Zo kunnen we met dit knijpertje op je vinger meten hoeveel zuurstof er in je lichaam zit. Ook hebben we een bloeddrukmeter en een stethoscoop om naar het hart en de longen te luisteren. Daarnaast hebben we nog een koffertje met verschillende soorten medicijnen, één voor volwassenen en één speciaal voor kinderen."

Wat doet een ambulanceverpleegkundige?

"Een ambulanceverpleegkundige verleent hulp aan mensen die een ongeluk hebben gehad of die dringend hulp nodig hebben," zegt Serge. "We werken altijd in een team van twee mensen: één chauffeur en één verpleegkundige. Bij een ongeluk is de chauffeur de ogen en oren van de verpleegkundige. Hij regelt onder andere het verkeer en houdt agressieve mensen op afstand, zodat de verpleegkundige de patiënt kan helpen. Naast patiënten hel-

pen heeft een ambulanceverpleegkundige ook nog andere taken. Zo moet ik de auto poetsen, want die kan soms vies zijn van bloed en braaksel, en de administratie bijhouden."

Wat is het leukste aan het werk van een ambulanceverpleegkundige?

Serge vertelt: "Het leukste vind ik dat je zieke mensen weer kunt laten lachen. Daarnaast kom je overal: bij de mensen thuis, in het ziekenhuis of zelfs in de gevangenis, want ook criminelen worden ziek en hebben hulp nodig wanneer ze pijn hebben. Wat ik niet zo leuk vind, is dat ambulancepersoneel soms wordt lastiggevallen. Wij weten ook niet waarom mensen zo reageren. Soms handelen ze vanuit emotie, soms komt het door alcohol of drugs. Als we een situatie niet vertrouwen, bellen we meteen de politie. Maar de meeste mensen zijn heel erg lief, hoor! Het is heel dankbaar werk en ik zou niets anders meer willen."

Wat voor opleiding heb je nodig om ambulanceverpleegkundige te worden?

"Als eerste moet je een opleiding tot verpleegkundige hebben gevolgd," legt Serge uit. "Daarna moet je je specialiseren op de afdelingen Spoedeisende Hulp en Intensive Care. En dan pas kun je een opleiding tot Ambulance Verpleegkundige volgen. Dat is best veel, he? Dat komt omdat je ei-

genlijk overal verstand van moet hebben: van volwassenen, kinderen, maar ook van zwangere vrouwen. Daarom moet je eerst heel veel ervaring opdoen."

Is het cool om hard door rood te mogen rijden?

Johan moet lachen: "Het is hartstikke cool! Als we dan ook nog eens langs een flitspaal rijden, poseren we altijd voor de foto. Haha, grapje! Ondanks dat we sneller én door rood mogen rijden, zijn er wel verkeersregels waar wij ons aan moeten houden. Zo mogen we op een kruising niet harder dan 30 kilometer per uur door het rode licht rijden. Als mensen ons niet zien of horen aankomen, moeten we wel nog op tijd kunnen remmen. Daarnaast mogen we de maximale toegestane snelheid met niet meer dan 40 kilometer per uur overschrijden. Als we een ongeluk krijgen, zijn we namelijk nog verder van huis en krijgt de patiënt geen hulp. We rijden dus alleen harder wanneer dat kan."

Johan en Serge hebben nog een kleine verrassing voor Kay en Inez meegenomen: een traumabeer! Dit is een knuffel die ze aan kindjes geven om ze gerust te stellen als ze met de ambulance mee moeten. "We vonden het heel leuk dat jullie vandaag gekomen zijn en wie weet zien we Kay later nog eens terug als ambulancebroeder!"



Nieuwsgierige kinderen gezocht!

Kent u ook een kind dat boordevol vragen zit? Bijvoorbeeld over hoe het menselijk lichaam werkt of wat er op een specifieke afdeling van het ziekenhuis gebeurt? Wanneer hij of zij deze vraag zelf een keer wil stellen aan een dokter, stuur dan een e-mail met de vraag, de naam en leeftijd van het kind en de contactgegevens naar communicatie@lzt.nl.

Help, ik ben ziek op vakantie



We hebben het waarschijnlijk allemaal wel eens meegemaakt: we hebben eindelijk vakantie, geen stress, geen deadlines... maar dan slaan ineens de fysieke kwaaltjes toe, die uw welverdiende vakantie een stuk minder aangenaam maken!

Ziek tijdens eerste vakantiedag

Veel mensen werken op de automatische piloot, zijn structureel overwerkt en gaan over hun eigen grenzen heen. Tevens schieten energiegevendende activiteiten (activiteiten die je plezier of voldoening geven) erbij in, net

als voldoende nachtrust, lichaamsbeweging en gezonde voeding. Tijdens dit patroon vallen lichamelijke signalen niet op of ze worden genegeerd. Daarnaast is het toewerken naar een vakantie voor veel mensen extra stressvol, vanwege het afronden of overdragen

van werkzaamheden. Als de eerste vakantiedag is aangebroken, stopt u letterlijk met rennen en komen de psychische en lichamelijke klachten naar de oppervlakte. Dat is het moment dat u zich ervan bewust wordt.



Een paar tips van psychologe Gisela Claessen:

- Stop regelmatig en kijk hoe u zich voelt. Zo wordt u zich meer bewust van uw eigen stress-signalen en kunt u er op een bewuste manier op reageren.
- Ga bijvoorbeeld in gesprek met uw leidinggevende over werkdruk of werktijden.
- Zeg ook een keer 'nee' tegen een verzoek van een collega.
- Ga 's avonds sporten of spreek met vrienden af, in plaats van bezig te zijn met uw to-do-lijst.
- Gebruik de stress om bijvoorbeeld echt die brief of rapportage af te ronden. U zet stress dan bewust in om alerter en efficiënter te worden.
- Verdiep u in Mindfulness, een aandachtstraining waarbij u stress-signalen leert herkennen en op een bewuste (in plaats van automatische) manier op stress reageert.



Misselijk in de auto, het vliegtuig of op zee

Wagenziekte, zeeziekte en luchtziekte zijn reisziekten die te maken hebben met het evenwicht. Evenwicht wordt gevormd in de hersenen dankzij signalen, die worden gecombineerd uit onze ogen, spieren en evenwichtsorganen. Als deze signalen niet met elkaar overeenkomen, ontstaat reisziekte met klachten als misselijkheid, overgeven, duizeligheid, zweten, gapen en hoofdpijn. De klachten zijn erger als de bewegingen van het voertuig heftig zijn en u de horizon niet kunt zien.



Tips van KNO-arts Lennaert Hoep tegen reisziekte:

- Drink geen koffie, alcohol of frisdrank. Dit kan de klachten verergeren.
- Neem voldoende nachtrust. Als u moe bent, bent u gevoeliger voor reisziekte.
- Eet en drink niet te veel of te weinig. Eet drie lichte maaltijden en neem als tussendoortje fruit of een cracker.
- Eet geen snoep en vette snacks.
- Zorg voor frisse, koele lucht: zet een raampje open of zet de airco aan.
- Luister naar muziek, zorg voor een rustige ademhaling of kauw op kauwgom.
- Probeer tijdens de reis te slapen. Als u slaapt, verdwijnen de verschijnselen.
- Stop met lezen, schrijven, gamen of op een beeldscherm kijken als u zich beroerd voelt.

Ik ben ziek geworden tijdens mijn vakantie, moet ik dat melden op mijn werk?

Ja, meld het meteen bij uw baas, als u ziek wordt op vakantie. De dagen waarop u ziek bent zijn namelijk ziekte-dagen. Over deze dagen houdt uw werkgever geen vakantie-dagen in. Vergeet niet tijdens uw ziekte het vakantieadres (of het adres waar u wordt verpleegd) door te geven en bereikbaar te

Ik heb diarree! Wat nu?

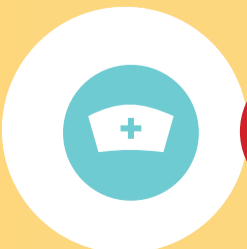
Diarree, een vervelende en veelvoorkomende klacht op vakantie. Veel mensen denken dat het klimaat of de manier van voedselbereiding de oorzaak is, maar in de meeste gevallen wordt het veroorzaakt door ziektekiemen zoals bacteriën, virussen of parasieten. Deze krijgt je binnen door het eten of drinken van vervuild water of voedsel. De kans om reizigersdiarree op te lopen, is groter onder primitieve omstandigheden en in een warmer klimaat, maar dit kan ook in een goed hotel. Bij reizigersdiarree is de kans op uitdroging aanwezig, omdat het lichaam veel vocht verliest. Vooral jonge kinderen en ouderen zijn hier extra vatbaar voor. Gelukkig gaat het meestal na enkele dagen vanzelf over.



Adviezen van MDL-arts Paul Bus:

- Was na elke handdruk en voor elke maaltijd uw handen.
- Drink geen kraanwater en gebruik geen ijsklontjes. Het water is vaak niet zo goed gefilterd als in Nederland.
- Eet alleen goed doorbakken en gekookte gerechten.
- Schil al het fruit dat u eet.
- Blijf gewoon drinken en eten als u niet te misselijk bent.
- Gebruik ORS bij waterdunne diarree. Dit is een oplossing van suikers en zouten dat verkrijgbaar is bij de drogist.
- Gebruik bij veel last het stopmiddel 'loperamide', ook bekend als Diacure' of 'Imodium'.
- Raadpleeg een arts in het geval van ernstige of langdurige diarree. Wellicht is een antibiotica kuur noodzakelijk.

zijn voor uw werkgever. Laat u ook altijd onderzoeken door een arts en vraag om een officiële doktersverklaring. Daarmee kunt u uw ziekmelding, als u terug bent, onderbouwen tegenover uw baas. Wordt u tijdens de vakantie weer beter? Geef dit dan ook direct door.





Geen vooruitgang

zonder onderzoek

In pak 'm beet 30 jaar tijd zijn er enorme sprongen gemaakt in de medische wereld. De beschikbare apparatuur en behandelmethodes zijn haast niet meer te vergelijken met vroeger. We kunnen meer kwalen genezen, ingrepen zijn minder ingrijpend en het herstel verloopt vlotter. Deze verbeteringen kunnen alleen maar plaatsvinden door uitvoer van wetenschappelijk onderzoek.

Om een voorbeeld te noemen: vroeger was het gebruikelijk om bij een buikoperatie de buik te openen. Dat betekende een grote snee, grote littekens en als gevolg daarvan een langere hersteltijd. Door de introductie van kijkoperaties zijn slechts kleine sneetjes nodig om dezelfde handeling te kunnen uitvoeren. Met als resultaat kleinere littekens en een kortere hersteltijd.

Natuurlijk gaat er zorgvuldig onderzoek aan vooraf, voordat zo'n geheel nieuwe (operatie)techniek in gebruik wordt genomen. Vooral bij het uitvoeren van

onderzoek bij mensen komt veel kijken en zijn er regels opgesteld door de WMO (Wet Mensgebonden Onderzoek). Het begint met het indienen van een onderzoeksvoorstel waarin uitgebreid wordt omschreven wat het doel en het belang is van de studie. Dit voorstel dient te worden goedgekeurd door een medisch ethische commissie. Deze commissie kijkt onder meer of het onderzoek verantwoord is en de patiënt geen onnodige risico's loopt. Ook wordt gekeken of de belasting van de patiënt acceptabel is en er niet te veel wordt gevraagd, denk aan extra veel controles. Vervolgens gaat het onderzoeksvoorstel nog naar

de lokale toetsingscommissie, die nagaat of het onderzoek past binnen de lokale situatie.

Door deel te nemen aan een studie kunnen patiënten bijdragen aan de vooruitgang in de medische wetenschap. Meedoen aan een onderzoek is echter altijd vrijblijvend! Bovendien kan op ieder moment, zonder opgave van redenen, worden besloten om te stoppen.

Onderzoek binnen het Laurentius

Medisch onderzoek wordt niet alleen verricht in academische ziekenhuizen. Ook binnen het Laurentius Ziekenhuis vinden regelmatig onderzoeken plaats. Zo lopen er binnen de afdeling chirurgie momenteel meerdere studies.

De universiteit van Nijmegen heeft ons bijvoorbeeld gevraagd deel te nemen aan het internationale *STAR TREC* onderzoek naar de behandeling van endeldarmtumoren. Waar vroeger een ingrijpende operatie de standaard was, wordt tegenwoordig gekeken naar een endeldarmsparende behandeling. Gezien de bijzondere expertise van het Laurentius op dit gebied zijn wij de enige Limburgse kliniek waar deze studie plaatsvindt. In de studie wordt één groep patiënten bestraald, de andere groep patiënten ontvangt chemo én bestraling met als doel de tumor te laten slinken. Daarna wordt bekeken of een operatie nog nodig is.

Een ander voorbeeld is de *SYLYS-studie*. In dit onderzoek wordt gekeken naar de beste methode om, na verwijdering van een stukje darm, de darm weer aan elkaar te bevestigen zodat de kans op lekken bij de darmnaad zo klein mogelijk is. Hierbij wordt nagegaan of een nieuwe methode waarbij een synthetisch harslaagje op de naad wordt aangebracht, betere resultaten oplevert.

Sneller duidelijkheid en minder stress na borstonderzoek



Vanaf 1 juni hoeven vrouwen die naar aanleiding van het bevolkingsonderzoek borstkanker naar het Laurentius Ziekenhuis worden doorverwezen, minder lang in spanning te wachten op de uitslag. Het gaat dan specifiek om de categorie vrouwen waarbij het bevolkingsonderzoek zelf in eerste instantie niet voldoende informatie opleverde. Door het invoeren van een snellere 'route' ontvangen zij eerder duidelijkheid over of er wel of niet een afwijking in de borst aanwezig is.

Vrouwen tussen de 50 en de 75 jaar worden iedere twee jaar uitgenodigd deel te nemen aan het bevolkingsonderzoek borstkanker. Tijdens het onderzoek worden röntgenfoto's van de borsten gemaakt om te kunnen controleren of er sprake is van afwijkingen in de borst. In sommige gevallen biedt het bevolkingsonderzoek niet voldoende informatie en is aanvullend onderzoek in het ziekenhuis nodig.

Nieuwe route

Wanneer de foto onvoldoende informatie levert, valt de uitslag in de zogeheten categorie BI-RADS 0. De vrouwen die deze uitslag ontvangen, werden voorheen naar de mammapoli van het ziekenhuis verwezen. Per 1 juni is het Laurentius Ziekenhuis gestart met een nieuwe route voor BI-RADS 0 patiënten. Deze categorie patiënten wordt in de nieuwe route via

de huisarts direct doorgestuurd naar de radioloog. Hier kunnen zij binnen 48 uur terecht. De radioloog deelt vervolgens meteen aan de patiënte mee of alles in orde is of dat aanvullend onderzoek, zoals een punctie, noodzakelijk is. Mocht een punctie nodig zijn, dan wordt de patiënte hiervoor nog dezelfde dag doorverwezen naar de mammapoli voor een afspraak bij de borstchirurg en mammacare-verpleegkundige.

Minder lang in onzekerheid, minder stress

In grofweg 70-80% van de gevallen wordt er bij vrouwen met de uitslag BI-RADS 0 uiteindelijk geen afwijking gevonden. De tijd dat een patiënte met een BI-RADS 0 diagnose in onzekerheid verkeert, wordt als stressvol ervaren. Het doel van de snellere route is om deze periode zo kort mogelijk te houden.





De zomer is in aantocht en daarmee ook het festival-seizoen. De fanatieke festivalbezoeker kan zijn of haar borst de komende tijd dan ook weer nat maken.



Zero Tolerance:

Wél feesten, geen drugs

Uiteraard mag een biertje niet ontbreken en sommige bezoekers beleven het feest nóg intenser door (soft)drugs te gebruiken. Maar wat plezier geeft voor een aantal uren, kan de nodige gezondheidsrisico's met zich meebrengen.

Dit is ook de reden dat er op veel festivals en feesten een *Zero Tolerance* beleid geldt, wat betekent dat niemand soft- en harddrugs bij zich mag hebben. Ook op Solar Weekend Festival, wat jaarlijks in Roermond wordt gehouden, geldt een Zero Tolerance beleid ten aanzien van drugs. Daarnaast wordt er verzocht om met mate te drinken en worden dronken bezoekers van het terrein verwijderd. Het Laurentius Ziekenhuis staat hier natuurlijk helemaal achter, want

alcohol- en drugsgebruik kan behoorlijk wat gevolgen hebben voor de gezondheid.

Schadelijke effecten

Dokter Potgieter, kinderarts in het

Laurentius Ziekenhuis, legt uit wat de gevolgen van alcohol- en drugsmisbruik kunnen zijn: "Onze hersenen zijn tot ongeveer 24 jaar nog volop in ontwikkeling en er vinden in die periode grote veranderingen plaats. Alcohol- en drugsgebruik op jonge leeftijd is daarom erg ongezond. Het verstoort de functie van verschillende hersendelen en dat leidt uiteindelijk weer tot minder goede school-, studie- en werkprestaties. Daarnaast heb je een grotere kans op verslaving wanneer je op jonge leeftijd regelmatig drugs of alcohol gebruikt. Maar ook als je ouder bent kan alcohol- en drugsgebruik verschillende gezondheidsrisico's met zich meenemen, zowel lichamelijk als geestelijk. Het vergroot onder andere de kans op psychische problemen, hart- en vaatziekten, en kanker. Ook kan het gebeuren dat je eerder over je eigen grenzen heen gaat en bijvoorbeeld overgehaald of gedwongen wordt tot (onveilige) seks."

Cijfers alcohol- en drugsintoxicatie Laurentius Ziekenhuis

In 2015 zijn er 25 jongeren (<18 jaar) in het Laurentius Ziekenhuis opgenomen met een alcoholvergiftiging. Negen van hen hadden te veel gedronken op een festival, de overige personen in andere horecagelegenheden of bij vrienden. Een jaar later, in 2016, zijn er in totaal 20 jongeren in ons ziekenhuis opgenomen met een alcoholintoxicatie, waarvan twee personen ook drugs hadden gebruikt. De meeste van hen waren bij vrienden toen ze deze verdovende middelen namen.





Maak kennis met de vrienden van laurentius



Een bijzondere ontmoeting bij de Ont-Moet-Bank

In de ontvangsthall van het Laurentius Ziekenhuis werd vanaf half mei gewerkt aan twee mozaïekbanken*. Deze mozaïekbanken, ofwel Ont-Moet-Banken,

hebben als doel mensen bij elkaar te brengen: zowel tijdens het mozaïeken, als wanneer de banken eenmaal klaar zijn en een plekje op het ziekenhuisterrein hebben gekregen. Dag in dag uit werkten vrijwilligers aan de totstandkoming van de banken. Eén persoon volgde de vorderingen heel nauwlettend.

Fons Nijssen kreeg in het najaar de diagnose alvleesklierkanker. Na een succesvolle, maar zware operatie onderging Fons nog enkele preventieve chemokuren. Helaas waren deze niet zonder heftige nare bijwerkingen die ervoor zorgden dat hij inmiddels al enkele maanden in het Laurentius logeert. Lange tijd was het voor hem niet mogelijk om het bed te verlaten. Sinds kort is hij weer mobiel en verkent de hobbyfotograaf het ziekenhuis gewapend met zijn fotocamera.

Fons: "Mijn grote hobby is fotograferen. Door mijn ziekte heb ik deze hobby een tijdlang verwaarloosd. Inmiddels lukt het me weer om er met de rolstoel op uit te gaan. Ik ontdekte de twee Ont-Moet-Banken beneden in de hal van het ziekenhuis. Voordat ik ziek werd, heb ik soortgelijke banken gefotografeerd in Nederland. Ook heb ik al eens meegelopen met de SamenLoop voor Hoop. Ik vond het frustrerend om dit keer niets te kunnen betekenen. Juist nu ik zelf met kanker geconfronteerd ben. Daarom heb ik besloten om op een andere manier mijn steentje bij te dragen. Mijn vrouw heeft de camera meegenomen naar het ziekenhuis en nu ga ik bijna iedere dag even kijken naar de banken en maak dan foto's van de bezigheden. Door de foto's online te delen, vraag ik toch op mijn manier aandacht voor het initiatief."

* De mozaïekbanken in het ziekenhuis kennen twee verschillende thema's. Eén bank is in opdracht van het ziekenhuis en de stichting Vrienden van Laurentius gemaakt. De stichting wil met de bank een plek creëren waar mensen tot rust kunnen komen wanneer zij het even moeilijk hebben. De andere bank sluit aan bij het initiatief SamenLoop voor Hoop Roermond. De SamenLoop voor Hoop is een 24-uurswandelvenement waarmee aandacht wordt gevraagd voor de strijd tegen kanker. Inmiddels hebben de banken een plek gekregen buiten bij de hoofdingang van het ziekenhuis.



Prettig uitzicht tijdens onderzoek dankzij Vrienden van Laurentius

De stichting Vrienden van Laurentius heeft het mogelijk gemaakt om een panoramaplafond te realiseren boven de nieuwe PET-CT scan* van het ziekenhuis. Het panoramaplafond zorgt ervoor dat patiënten van een prettig uitzicht kunnen genieten terwijl ze in de scan liggen.

"Tijdens het onderzoek met de PET-CT scan moet de patiënt enige tijd stil liggen op de rug", legt Math de Ponti, voorzitter van de stichting, uit. "Zo'n onderzoek is natuurlijk al spannend genoeg. Een prettige omgeving met een rustgevend uitzicht kan helpen om de spanning te verminderen en het onderzoek fijner te laten verlopen. En dat past mooi binnen de visie van onze stichting."

Het panoramaplafond bestaat uit een afbeelding van een lenteachtig tafereel: een veld vol paardenbloemen met daarboven een mooie wolkenlucht. De afbeelding is voorzien van lichtelementen.

* Kijk ook op pagina 2

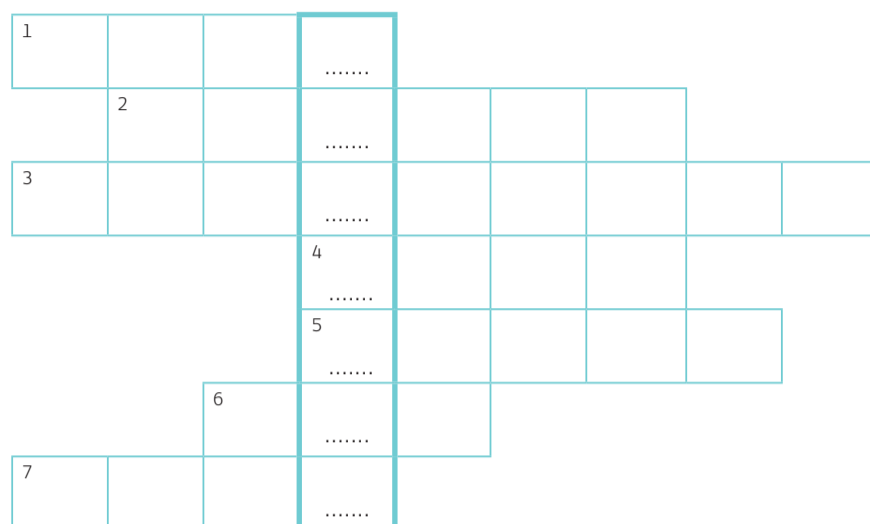







Uw bijdrage is welkom!

Ook het werk van de Vrienden van Laurentius steunen? Maak uw bijdrage over naar de stichting Vrienden van Laurentius: IBAN NL90RABO0302596046
Kijk ook op: www.vriendenvanlaurentius.nl

kinderpagina

Rijm je mee?



- Het is het tegenovergestelde van gezond en rijmt op **riek**... 
- Dit spelen mensen in het theater en het rijmt op **juweel**... 
- Op deze feestdag wordt vuurwerk afgestoken en het rijmt op **schaar**... 
- Een hoog gebouw met woningen dat rijmt op **iPad**... 
- Deze taal spreken mensen in Frankrijk en het rijmt op **gans**... 
- Je ligt er 's nachts in en het rijmt op **raket**... 
- Mensen dragen het als ze niet goed kunnen zien en het rijmt op **sinaasappelschil**... 

Welk woord vormen de letters in de hokjes met de puntjes?
(Tip: dit mag je meenemen naar het ziekenhuis!)

Waarom moet ik mijn huid goed insmeren als de zon schijnt?



Speel jij ook graag buiten als het een mooie, zonnige dag is? Buiten spelen is goed voor je! Maar te lang in de zon blijven, is slecht voor je huid.

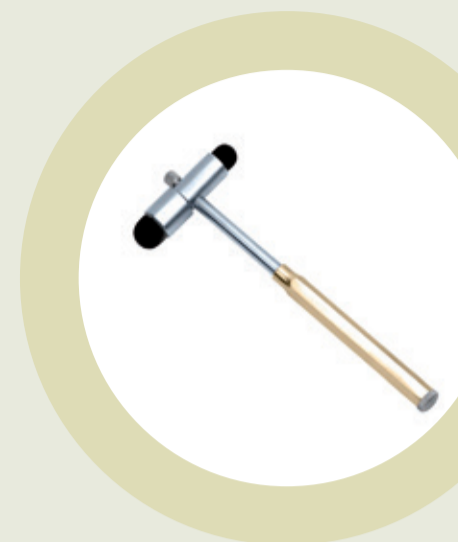
Misschien ben je al eens verbrand geweest? Dan is je huid roder van kleur en doet het pijn en dat is niet fijn! Daarom is het belangrijk dat je jezelf goed insmeert met een goede zonnebrandcrème, minstens een half uur vóór je naar buiten gaat of gaat zwemmen. Als je hebt gezwommen, is de crème er door het water weer grotendeels af en moet je je opnieuw insmeren. Vergeet ook je neus, wangen en voorhoofd niet! Tussen 12.00 uur en 15.30 uur zijn de zonnestrallen het sterkst. Dan kun je het beste lekker in de schaduw spelen. Een pet of hoedje is ook heel handig. Deze beschermen je gezicht en zorgen ervoor dat de zon niet in je ogen schijnt.

Fijne zomervakantie!

Wat is een reflexhamer?

Een reflexhamer heb je misschien wel eens gezien bij de huisarts of een dokter in het ziekenhuis.

Dit is een handig hulpmiddel voor de dokter om te testen of je spieren goed reageren. Hij of zij geeft dan voorzichtig met de reflexhamer een tikje net onder je knie. Hierdoor gaat ineens je been omhoog, zonder dat je er zelf iets voor hoeft te doen.



Patiëntje in the picture



De 3-jarige Floor weet nu al wat ze graag wil doen als ze groot is: in een ziekenhuis werken! Ze verblijft een tijdje op de kinderafdeling van Laurentius vanwege een probleempje met haar longen. Daarom krijgt ze extra zuurstof via een slangetje in haar neus. Maar ze maakt haar verblijf in het ziekenhuis zo fijn mogelijk! De gezamenlijke speelkamer is haar favoriete plek, maar soms tovert Floor ook haar eigen kamer om tot een speelkamer. Dan speelt ze graag met het poppenhuis en het prinsessenkasteel of ze tennist met mama. Laatst werd ze verrast door een bezoekje van de CliniClowns, met wie ze samen kon spelen en lachen. Ook al is het soms best leuk, toch hoopt Floor natuurlijk dat ze snel weer gezond is en naar huis kan!

Veel beterschap, Floor en een fijne zomer!

Opening Spoedpost: één loket voor spoedeisende zorg

Het moment is daar! De Spoedpost (voormalige Huisartsenpost) en onze Spoedeisende Hulp zijn gehuisvest op één locatie: de Spoedpost. Vanaf dinsdag 27 juni zijn er geen gescheiden loketten meer, maar is er één loket voor de spoedzorg.

Snel de juiste zorg

Doordat de Spoedpost van Meditta en de Spoedeisende Hulp van het Laurentius Ziekenhuis nauw samenwerken op één locatie, krijgt u snel de juiste zorg. Afhankelijk van uw klachten, wordt u geholpen door een huisarts óf door een arts op de Spoedeisende Hulp. Voor u betekent dit: alléén ziekenhuiszorg wanneer dat nodig is en in alle overige gevallen staat de huisarts voor u klaar. Patiënten met zeer acute of levensbedreigende situaties gaan uiteraard wel direct door naar de Spoedeisende Hulp.

Spoedpost

Hebt u 's avonds, 's nachts, in het weekend of op feestdagen een medische klacht die niet levensbedreigend is, maar die niet kan wachten tot uw eigen huisarts weer bereikbaar is? Dan kunt u terecht op de Spoedpost. U neemt dan telefonisch contact op en bespreekt uw klacht met een 'triagist'. Deze speciaal opgeleide doktersassistente zal u naar uw medische klachten

vragen om u zo goed

mogelijk te kunnen helpen of adviseren.

Dit kan bestaan uit een telefonisch consult, een consult op de Spoedpost of een bezoek bij u thuis. Als u verdere specialistische hulp nodig hebt, kan de huisarts u doorverwijzen.

Spoedeisende hulp

Bij de afdeling Spoedeisende Hulp (SEH) kunt u 7 dagen per week en 24 uur per dag terecht voor acute medische zorg, bijvoorbeeld na een ongeval, hartinfarct of beroerte. U komt naar de SEH na doorverwijzing door de huisarts, via de Spoedpost of per ambulance. Maar u kunt met acute klachten ook zelf naar de SEH komen. Dit geldt overigens alleen voor acute klachten die niet door de huisarts verholpen kunnen worden. Komt u toch zonder doorverwijzing naar de Spoedeisende Hulp dan kan het voorkomen dat u op basis van het triagesysteem wordt terug verwezen naar uw huisarts.



Bereikbaarheid Spoedpost



Spoedpost

(voormalige Huisartsenpost)

Hebt u 's avonds, 's nachts, in het weekend of op feestdagen gezondheidsklachten die niet tot de eerstvolgende werkdag kunnen wachten? Neem dan contact op met de Spoedpost via **(0475) 771 771**.

Spoedeisende Hulp

De Spoedeisende Hulp is 24 uur per dag geopend voor acute medische zorg en is bereikbaar via **(0475) 38 22 54**.

De Spoedpost is te bereiken via de ingang aan de Nassaustraat 79 in Roermond.

AGENDA



Zwangerschap en bevalling thuis en in het ziekenhuis

19.30 uur

Dinsdag 4 juli, 1 augustus en 5 september

• zwangerschap • baring • het kraambed



Borstvoeding 19.30 uur

Dinsdag 8 augustus en 19 september

• het belang van borstvoeding geven • hoe komt moedermelk tot stand
• aanleghoudingen • kolven en bewaren moedermelk
• borstvoeding en werken



Diabetes heb je niet alleen 19.30 uur

Maandag 18 september

Spreker: T. van der Linden (ervaringsdeskundige DVN)

Kijk voor meer informatie op www.lzr.nl/voorlichting



Inloopmiddag voor rugpatiënten 14.00 - 16.00 uur

Woensdag 4 oktober

Door ervaringsdeskundigen Vereniging van Rugpatiënten.

Kijk voor meer informatie op www.lzr.nl/voorlichting



MS inloopmiddag 14.00 - 16.30 uur

Donderdag 19 oktober

Door vrijwilligers van de MS-vereniging.

Kijk voor meer informatie op www.lzr.nl/voorlichting

blijf op de hoogte

Het laatste nieuws van uw ziekenhuis leest u op www.lzr.nl.

Volg het Laurentius Ziekenhuis ook op:

www.facebook.com/laurentiusziekenhuis

www.twitter.com/laurentius

www.linkedin.com/company/laurentius-ziekenhuis

www.instagram.com/laurentiusziekenhuis

BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS

Receptie	0475	38 23 09
Spoed Eisende Hulp	0475	38 22 54
Patiëntcommunicatie	0475	38 22 36
Opname	0475	38 28 10
Bloedafname	0475	38 24 67
Inschrijfbureau	0475	38 27 31
Apotheek Laurentius Kwartier	0475	38 30 30



colofon

Informatie en nieuws van het Laurentius Ziekenhuis in Roermond

Redactie: Laurentius Ziekenhuis, afdeling Communicatie, Postbus 920, 6040 AX Roermond

E-mail: communicatie@lzl.nl

Vormgeving: Creation Station

Fotografie: Laurentius Ziekenhuis

Oplage: 86.500 exemplaren