

'Ik dacht:
wauw, wat is
alles helder
en licht!'

Vietamine

SLECHTS ÉÉN INGREEP EN KORTERE HERSTELPERIODE

In één dag **van staar af** dankzij een operatie aan beide ogen

Wie staar aan beide ogen heeft, wil natuurlijk zo snel mogelijk van alle klachten af zijn. In plaats van twee operaties na elkaar te ondergaan, kunnen patiënten in VieCuri sinds mei dit jaar op dezelfde dag aan beide ogen geholpen worden. Dat is zeker niet in alle ziekenhuizen mogelijk, terwijl het voor de patiënt veel voordelen heeft. De operatie vindt plaats in VieCuri Venray.

Voorheen zaten er twee weken tussen de staaroperatie aan het ene en het andere oog. "Uitgebreid landelijk onderzoek wijst echter uit dat het heel goed mogelijk is om de patiënt onder plaatselijke verdoving op een en dezelfde dag aan beide ogen te opereren.

Sindsdien zijn de landelijke richtlijnen aangepast en bieden wij in VieCuri deze mogelijkheid", vertelt oogarts Sandra Smeets. De operatie wordt als twee aparte procedures uitgevoerd: eerst wordt het ene oog lokaal verdoofd met druppels, vindt de ingreep plaats

en wordt deze operatie helemaal afgerond. "Op dat moment vragen we de patiënt of deze toch liever wil stoppen, of dat we doorgaan met de ingreep aan het andere oog. Vooralsnog wilde niemand stoppen; iedereen is juist heel blij met deze nieuwe werkwijze."

Patiënt maakt keuze

Soms spelen er oogheelkundige kenmerken mee of is er sprake van complicaties, waardoor de oogarts vooraf moet besluiten dat een patiënt niet in aanmerking komt voor de dubbelzijdige staaroperatie. "Maar als iemand wél in

aanmerking komt, dan is de keuze uiteindelijk altijd aan de patiënt zelf."

Voordelen

De voordelen van de dubbelzijdige staaroperatie zijn duidelijk: de patiënt hoeft maar één keer een spannende ingreep te ondergaan. "Daarnaast verkorten we de herstelperiode. Voorheen werd twee weken na het eerste oog het tweede oog geopereerd. Nu gaat de hersteltijd van vier weken direct in na de eerste en enige operatie. Het is voor de patiënt zelf, en voor eventuele

mantelzorgers, daardoor minder belastend", aldus de oogarts.

'Niets van gevoeld'

Wie deze voordelen aan den lijve heeft ervaren, is de 62-jarige Dorothe Peeters uit Venlo. Zij werd eind juni geopereerd aan staar aan beide ogen. "Ik had een soort waas voor mijn ogen. Binnen twee maanden tijd werd dat steeds erger. De opticien vermoedde staar en stuurde me door naar de oogarts. Toen dokter Smeets vertelde dat ik in aanmerking

Lees verder op pagina 3 >>



MARJA VAN HAREN
Verpleegkundige van het jaar

pagina 4



PROJECT 'BETER GEZOND'
'We moeten aan de slag met onze leefstijl'

pagina 6



IN HET VIEZIER
'Het geeft me altijd een goed gevoel als een operatie goed is verlopen'

pagina 7



MINDER PIJN EN ANGST
'Dankzij de VR-bril ben ik over mijn angst heen'

pagina 9



PROSTAATKANKER EN HORMOONTHERAPIE
'Ik wilde zelf de regie nemen over mijn eigen ziekte'

pagina 11



“JOSÉ HEEFT HAAR CHEMOKUREN GELUKKIG ACHTER DE RUG”

Medicijnen die gebruikt worden tegen kanker veroorzaken soms haaruitval. Een tijdelijk haarwerk is de basis voor herstel van zelfvertrouwen, eigenwaarde en een positief zelfbeeld.

Tarita Kleeven
haarwerkspecialist
Horst, T 06 49055325
www.taritakleeven.nl



JONGE HELDEN
NIERSTICHTING

Deze Jonge Helden hebben je nodig.

Je ziet het vaak niet aan ze, maar opgroeien met een nierziekte eist ongelooflijk veel van kinderen. Maar ze geven niet op. Elke dag weer vragen deze doorzetters het uiterste van zichzelf om gewoon te leven. Jonge helden zijn het. Voor hén willen wij er zijn. Nu en later. Geef daarom voor een toekomst waarin we nierziekten kunnen genezen. Ga naar nierstichting.nl



Last van ernstig overgewicht?

Gratis voorlichting
28 september
26 oktober
18.00 - 20.00 uur

Scan de QR code

Met een operatie en onze begeleiding pakt u het aan!

De Nederlandse Obesitas Kliniek in Venlo geeft regelmatig voorlichting over de (operatieve) behandeling van obesitas (ernstig overgewicht). Onze collega's geven informatie over het leefstijltraject

en de verschillende operaties. Natuurlijk is het mogelijk om uw vragen te stellen. De voorlichting is bedoeld voor mensen met obesitas, hun naasten en andere belangstellenden.

Kijk op obesitaskliniek.nl/agenda voor onze gratis voorlichting. U kunt zich hier ook direct aanmelden.

Voor vragen kunt u ons bereiken via 077 - 30 30 630 of info-venlo@obesitaskliniek.nl



CORNELISSEN
aannemingsbedrijf

Bouwt aan de toekomst van VieCuri.

Cornelissen aannemingsbedrijf | Boekelsedijk 22a, Zeeland | info@cornelissenbouw.nl | 0486-451608

» Vervolg van pagina 1

kwam voor de dubbelzijdige staaroperatie, dacht ik: waarom niet? Ik was blij dat ik niet twee keer naar het ziekenhuis hoefde voor een operatie."

De ingreep verliep perfect, blikt mevrouw Peeters terug. "Natuurlijk was ik vooraf zenuwachtig, maar ik heb het op me af laten te komen en de oogarts was fantastisch. Ze zei precies wat ze ging doen. Bijvoorbeeld: 'nu voel je even druk', of: 'dadelijk zie je even een zwarte vlek'. Het viel echt mee, ik heb er niets van gevoeld."

Tv kijken

Diezelfde avond kijkt mevrouw Peeters al tv door de gaatjes van de pleisters. "Je zit even met twee afgeplakte ogen, maar de volgende ochtend mochten de pleisters er al af en kon ik starten met druppelen. Ik dacht: wauw, wat is alles helder en licht! Ik moest echt weer aan de kleuren om mij heen wennen; vooral het wit was in het begin heel fel. Inmiddels kan ik al naar buiten zonder mijn zonnebril op. Het is heel fijn dat ik weer alles kan lezen op de tv, in mijn agenda en op mijn telefoon!"

Sandra Smeets: 'De keuze is uiteindelijk altijd aan de patiënt zelf.'



Wat is staar?

Bij staar wordt de ooglens troebel, waardoor iemand steeds slechter gaat zien. Staar ontstaat meestal in beide ogen en kan alleen door een operatie worden verholpen.

COLUMN →



Werken aan wachttijden

'Het leven gaat voor tien procent om wat er gebeurt en voor negentig procent om hoe we daarop reageren'. Het is een bekende uitspraak, en zeker zo waar. Ook binnen het ziekenhuis krijgen we soms te maken met onverwachte gebeurtenissen waar we goed op moeten inspelen. Zo duurt het helaas soms lang voordat u terecht kunt voor een afspraak bij Oogheelkunde. De reden is het plotselinge vertrek van een aantal VieCuri-oogartsen. Een onverwachte tegenslag en dé oplossing voor dit probleem is niet zomaar te koop.

Naast dat we in september een nieuwe oogarts hebben mogen verwelkomen, hebben we als ziekenhuis de handen ineen geslagen met alle zorgpartijen in de regio op het gebied van oogheelkunde. Denk aan optometristen, huisartsen en oogartsen. Met als doel: het bieden van de juiste zorg aan patiënten, door de juiste persoon op de juiste plek.

Zo kunnen we garanderen dat iemand met oogklachten snel door de juiste zorgprofessional geholpen wordt. Dat brengt wel de nodige veranderingen met zich mee. Natuurlijk is de oogarts er voor de patiënten die deze specifieke zorg, kennis en kunde nodig hebben. Tegelijkertijd worden sommige onderzoeken voortaan niet meer door een oogarts, maar door een andere zorgprofessional uitgevoerd. Daarbij staat zoals altijd de hoge kwaliteit van de zorg voorop.

Door gezond(er) te leven zijn veel klachten te voorkomen.

Met een gezonde, actieve leefstijl helpt u ons enorm. En eigenlijk doet u het natuurlijk op de eerste plaats voor uzelf en uw naasten. Want door gezond te leven, kunt u deels voorkomen dat u ziek wordt. En gebeurt het toch, dan helpt het voor uw herstel als u zo fit mogelijk de behandeling of operatie ingaat. Op tal van manieren willen we u begeleiden om gezondere keuzes te maken. Bijvoorbeeld via ons project 'Beter gezond', waarbij we mensen nog voordat ze ziek worden, helpen met het maken van gezonde keuzes. U leest meer over dit project verderop in deze uitgave. Dus neem het heft in eigen hand en kies voor een – letterlijk en figuurlijk – gezonde toekomst!

Personeelstekorten in combinatie met de stijgende zorgvraag vormen niet alleen binnen de oogzorg een groot probleem. Daarom werken we ook voor andere behandelingen steeds vaker samen met de talloze zorgpartners in Noord-Limburg. Samen gaan we de zorg anders én slimmer organiseren. Dat zien wij als onze taak. Maar ook u kunt een bijdrage leveren om de zorg toegankelijk te houden.

IJsbrand Schouten,
voorzitter Raad van Bestuur

'Samen gaan we de zorg anders én slimmer organiseren. Dat zien wij als onze taak.'

Colofon

VIETamine is het patiëntenblad van VieCuri Medisch Centrum.

Deze uitgave wordt huis aan huis verspreid in de brede regio van Venlo en Venray én in VieCuri op de ziekenhuislocaties.

Redactieadres
VieCuri Afdeling Communicatie en Marktonderzoek
Postbus 1926, 5900 BX Venlo
T 077-320 55 84
E communicatie@viecuri.nl

Eindredactie
VieCuri Afdeling Communicatie en Marktonderzoek

Fotografie
PCL Photography – MvdO Fotografie

Tekst
Tekstbureau Ank van Lier – Daphne Doemges, Textworld – metRenée – Renée Verberne – VieCuri Afdeling Communicatie en Marktonderzoek

Uitgever
BC Uitgevers BV, Sneek
T 0515-429 429, www.bcuitgevers.nl

Opmaak
Nanno van Leeuwen

Bladmanager/advertentieverkoop
Barbara Verschoor
T 06 455 766 70

Druk
Janssen/Pers Rotatiedruk B.V., Gennep

Wilt u reageren?
Stuur uw reactie naar: communicatie@viecuri.nl

JAARGANG 14, NUMMER 2, OKTOBER 2023

Meer informatie
www.viecuri.nl

Copyright
Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

VERPLEEGKUNDIGE VAN HET JAAR MARJA

'Zóveel kinderen in mijn hart gesloten'

Wie in de afgelopen decennia als patiënt, ouder of bezoeker op de verpleegafdeling Kindergeneeskunde van VieCuri kwam, herkent vast het stralende gezicht van Marja van Haren. Een gepassioneerde verpleegkundige, oprecht geïnteresseerd in collega's, patiënten en hun familie. Haar collega's nomineerden haar daarom voor de titel Verpleegkundige van het Jaar van VieCuri.

Marja kwam als leerling verpleegkundige bij VieCuri. Een harde werker en leergierige leerling. In eerste instantie was ze teleurgesteld dat ze niet bij de afdeling Chirurgie werd ingedeeld. Maar de kinder-afdeling bleek niet alleen een goede tweede keus, het bleek een liefde voor het leven. Inmiddels 40 (!) jaar verder vierde Marja dit voorjaar een bijzonder werkbijjuileum én werd zij verkozen tot VieCuri's allereerste Verpleegkundige van het Jaar!

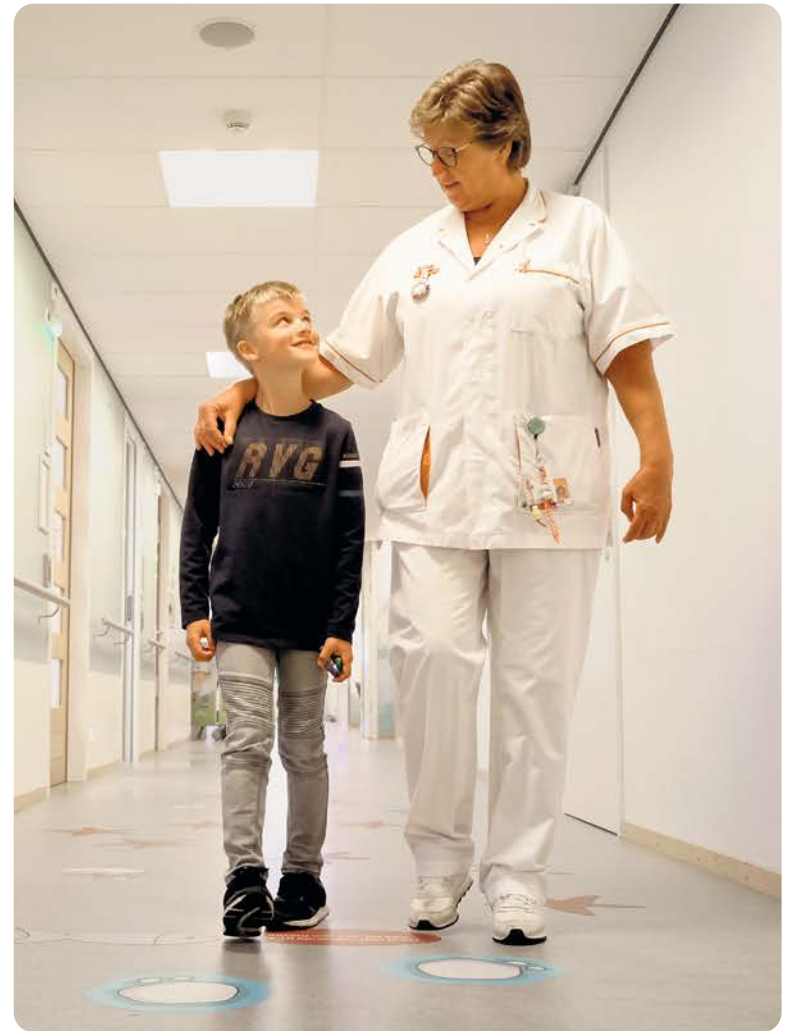
Vertrouwen

Als je 40 jaar in het vak zit, zit je vol verhalen. "De zorg is enorm veranderd natuurlijk", blikt Marja terug. "Maar wat altijd blijft, is dat je er bent voor je patiënt. En op de kinderafdeling ook voor het gezin. Dat maakt onze afdeling anders dan de rest van het ziekenhuis. Tegenwoordig is het bij ons vanzelfsprekend dat ouders kunnen blijven slapen en dat het gezin overdag bij

hun kind, broertje of zusje kan zijn. Vroeger was dat niet zo. Stel je voor dat je als ouder opeens je kind moet achterlaten in zo'n groot ziekenhuis, bij mensen die je niet kent, terwijl je in zo'n kwetsbare situatie zit. Dat ouders ons hun vertrouwen geven, blijft bijzonder. Voor een volwassene zou ik net zo goed alles geven, maar hier heb je meer dan alleen het kind onder je hoede."

De superkracht van Marja

De kinderen van Lindsay Vijver kennen de kinderafdeling van VieCuri goed. Senna (7) en Nino (3) werden eerder opgenomen vanwege een luchtweginfectie en voor 'buisjes' in de oren. Lindsay: "Als we hier komen, vraag ik de jongens om een beetje rustig te zijn. En dan zegt Senna dat je op de kinder-afdeling juist wél druk mag doen. Dat heeft Marja hem gezegd. Tja... daar kan ik niet tegenop natuurlijk. Toen we vandaag voor de foto langskwamen, renden ze allebei meteen op hun favoriete speelgoed af, en met Marja was het ook direct weer vertrouwd. Dat het hier zo fijn voelt, zegt heel veel. Want op de kinderafdeling verblijf je natuurlijk niet zomaar. Het is niet altijd een leuke speelplek. En als ouder houd je er ook wel wat aan over als je kindje hier



Marja van Haren: 'De zorg is veranderd, maar wat blijft, is dat je er bent voor je patiënt.'

ziek en kwetsbaar ligt. Maar dat is zo mooi aan de betrokkenheid van Marja en haar collega's. Als je er even doorheen zit, geeft ze je weer zelfvertrouwen met een complimentje. Dan zegt ze dat ze ziet hoe goed we het doen. Ze ziet ons, patiënt én ouders. Dat is haar superkracht."

40 jaar niet stilgezeten

Marja is altijd trouw gebleven aan de kinderafdeling. "En ik ga nooit meer solliciteren!", verkondigt ze erbij. Dat betekent niet dat ze 40 jaar stil heeft gezeten. Marja is altijd blijven

leren. Met de specialisatie tot kinderoncologie-verpleegkundige is zij van betekenis voor kinderen die een ingrijpende ziekte hebben. Marja: "Ik heb zóveel kinderen in mijn hart gesloten. En zeker degenen die langdurig en ernstig ziek waren, die vergeet je niet. Als je kinderen verpleegt in dezelfde leeftijd als je eigen kinderen, komt dat wel binnen. Ik vind het fijn om er dan voor het gezin te kunnen zijn. Ze hebben zoveel vragen en onzekerheden. Fijn als je die in ieder geval kan wegnemen."



Lindsay Vijver: 'Marja ziet ons, patiënt én ouders. Dat is haar superkracht.'

Boegbeeld van onze verpleegkundigen

Marja van Haren werd op 12 mei (de Dag van de Verpleegkundige) door haar collega's verkozen tot allereerste Verpleegkundige van het Jaar van VieCuri! Medewerkers konden hun stem uitbrengen op een collega die zij vriendelijk, vakkundig, vernieuwend en verbindend vinden. Voor Marja werd een overweldigende stapel stemformulieren ingeleverd.

Collega's noemen haar oprecht geïnteresseerd, gepassioneerd en positief. 'Ze heeft altijd oog voor het hele team en is een echte kartrekker. Na 40 jaar bij VieCuri blijft zij zich nog steeds ontwikkelen en actief deelnemen in werkgroepen en projecten. Ze maakt er elke dag een feestje van met patiënten, ouders en collega's, aldus de toelichtingen op haar nominatie. Daarmee vond de jury Marja een meer dan waardige winnaar en een écht boegbeeld van de verpleegkundigen in ons ziekenhuis. Marja: "Bij de prijsuitreiking werden er zulke mooie woorden gezegd en er waren zoveel mensen aanwezig. Heel fijn dat mijn dochter Daphne, die werkt op de afdeling Radiologie, ook is geweest terwijl ze het eigenlijk die dag veel te druk had om langs te komen. Toen ik bij haar de tranen in de ogen zag, kwamen ze bij mij ook!"

Uit handen van het Verpleegkundig Stafbestuur en Nastasja Cornelissen-Kolorz van de Raad van Bestuur ontving Marja een gouden zusterspeldje, dat zij nu elke dag vol trots op haar uniform draagt.



Marja van Haren: 'Dat ouders ons hun vertrouwen geven, blijft bijzonder.'

UROLOGEN LEREN VAN ELKAAR

Krachten bundelen voor betere zorg: Prostaatanker Centrum Zuid

Wie de diagnose prostaatanker krijgt, wil natuurlijk de best mogelijke zorg. VieCuri maakt onderdeel uit van het Prostaatanker Centrum Zuid. Het is een samenwerking tussen het Maastricht UMC+, Zuyderland Medisch Centrum, Elkerliek ziekenhuis, Laurentius Ziekenhuis en VieCuri Medisch Centrum.

Het Prostaatanker Centrum Zuid bestaat vier jaar. "De aanleiding voor deze samenwerking was het centraliseren van prostaatverwijderingen waarbij we robottechnologie inzetten. We besloten al snel om méér samen te werken en de hele prostaatankerzorg naar een hoger niveau te tillen", begint VieCuri-uroloog Marc de Jong.

"Patiënten gaan gewoon naar hun eigen uroloog voor het onderzoek. Wordt prostaatanker vastgesteld, dan is er vaak sprake van een keuze tussen een afwachting beleid,

bestralen of opereren. We bespreken met de patiënt uitgebreid de voor- en nadelen. Uiteindelijk beslissen we samen. Kiest de patiënt voor een operatie dan voeren we die in Zuyderland, locatie Heerlen, uit. De nazorg, zoals het verwijderen van de katheter, en controles vinden weer in VieCuri plaats."

Preciezer opereren door robot

De vijf samenwerkende ziekenhuizen hebben onderling afgestemd wat de best mogelijke behandel-

methoden zijn bij prostaatanker. Wordt er voor een operatie gekozen, dan maakt de uroloog gebruik van geavanceerde robottechniek. "De resultaten daarmee zijn heel goed, omdat we met de robot preciezer kunnen werken. Doordat wij als ziekenhuizen de krachten hebben gebundeld, kunnen we onze cijfers en procedures met elkaar vergelijken. We hebben bijvoorbeeld inzicht in de operatietijd, het bloedverlies tijdens de operatie maar ook het urineverlies na zes maanden en na een jaar. Door die gegevens naast elkaar te leggen, leren we van elkaar. Zo komen we samen steeds verder!"

'Vooraf goed geadviseerd'

De 71-jarige Lei Beurskens uit Steyl werd een jaar geleden behandeld voor prostaatanker. "Dokter De Jong heeft me vooraf heel goed geadviseerd over de mogelijkheden. Toen ik hoorde dat ik of bestraald of geopereerd kon worden, maakte ik in overleg met mijn vrouw snel de keuze. Bestralen is een optie, maar ik zeg liever: weg is weg, dus laten we kiezen voor een operatie. In juli vorig jaar werd ik geopereerd. Een dag later werd ik ontslagen uit het ziekenhuis en een week daarna was ik al verlost van de katheter en hechtingen. Vanaf dat moment ging het steeds beter.



Lei Beurskens: 'Ik ervaar totaal geen beperkingen na de operatie'

Als ik er nu op terugkijk, vind ik dat alles zeer voorspoedig is verlopen."

Goed bijgestaan

"De hele afdeling heeft me heel goed bijgestaan. Op dit moment worden mijn waardes nog elke drie maanden gecontroleerd en tot dusverre voel ik me heel goed.

Ik ben vrijwilliger bij het Wereldpaviljoen in Steyl. Daar krijg ik, net als van mijn tweede passie modeltreinen, veel positieve energie van. Het scheelt dat ik totaal geen beperkingen ervaar na de operatie, behalve dat ik tegenwoordig wat vroeger naar bed ga. Maar daar kan ik goed mee leven!"



Marc de Jong: 'Met de robot kunnen we preciezer werken.'

Wel of niet testen?

Jaarlijks wordt bij ongeveer 14.700 mannen in ons land de diagnose prostaatanker gesteld. Veel mannen denken: hoe eerder ik weet dat ik prostaatanker heb, hoe beter. Dat hoeft niet altijd zo te zijn. Op thuisarts.nl vindt u een keuzehulp die helpt om te bepalen of u zich wel of niet laat testen.

Meer informatie vindt u op www.thuisarts.nl, zoek hier op 'keuzehulp prostaatanker'.

BIJKOMEN VAN KLEINE INGREEP IN OK-LOUNGE

'Dankzij huiselijke setting minder ziekenhuisgevoel'

Wie een kleine ingreep moet ondergaan, wil het liefst zo snel mogelijk naar huis. Dankzij de OK-Lounge verblijven patiënten die daarvoor in aanmerking komen in een huiselijke omgeving zonder op de verpleegafdeling van het ziekenhuis te komen. Dat betekent bijkomen in een relaxstoel, maar wél met de vertrouwde en kundige zorg van VieCuri-verpleegkundigen.

"De OK-Lounge is sinds 9 mei open. Deze nieuwe afdeling is bestemd voor patiënten tussen de achttien en tachtig jaar die relatief gezond zijn en een kleine ingreep ondergaan zoals een kijkoperatie aan de knie", begint recoveryverpleegkundige Lynn

Ebisch. De specialist en anesthesist beoordelen of een patiënt in aanmerking komt. "Op de dag van de ingreep gaat de patiënt lopend naar de voorbereidingsruimte bij de operatiekamers. Daar staat een bed klaar en wordt hij of zij voorbereid op de operatie. Na de ingreep

gaat de patiënt naar de uitslaapkamer. Daarna begeleiden we de patiënt naar de OK-Lounge." Als het kan, ligt de patiënt niet in een ziekenhuisbed maar kunnen mensen bijkomen in comfortabele relaxstoelen. "We willen patiënten zo snel mogelijk weer laten bewegen; dat draagt bij aan het herstel. Ze kunnen op hun gemak tv-kijken, muziek luisteren en wat eten. Diezelfde dag nog gaan ze naar huis."

Korter verblijf

Een dergelijk proces doorliep de 31-jarige Shirley Peters uit Arcen. Zij verbrijzelde haar enkel door een ongeval, maar had na de operatie veel last van zenuw- en botpijn door losse botfragmenten. Recentelijk werd ze daarvoor succesvol geopereerd. "Ik vond het verblijf in de OK-Lounge heel erg prettig. Ik was direct enthousiast toen ik hoorde van deze mogelijkheid,



Lynn Ebisch: 'Na de ingreep kunnen mensen bijkomen in comfortabele relaxstoelen.'

want ik wilde zo snel mogelijk thuis zijn om te herstellen." Ze meldde zich om zeven uur 's ochtends, om acht uur werd ze geopereerd en om half twee 's middags kon ze de OK-Lounge alweer verlaten. "Mijn hele verblijf bestond uit een paar uur. Toch heb ik ervaren dat er gedurende het hele verblijf veel aandacht voor mij was. Ik was een beetje misselijk door de spanning en had angst voor de ruggenprik; daar werd goed mee omgegaan."

Veilig

In de OK-Lounge is er alle ruimte om tv te kijken of te videobellen met het thuisfront. "Ik werd echt goed in de gaten gehouden door de verpleging en er werd ook eten aangeboden. Het voelde heel huiselijk en veilig." Na haar bezoek was er ruimte om feedback te

geven. "Ik vond dat prettig, want we geven als patiënten samen met de verpleging vorm aan dit nieuwe idee!"

Huiselijker

Recoveryverpleegkundige Lynn Ebisch krijgt veel positieve reacties. "Mensen voelen zich minder patiënt, zeggen ze. Niet voor niets dragen we een witte broek met polo, dat maakt het wat huiselijker. Voor ons als verpleegkundigen is het ook heel fijn om ons volledig te kunnen richten op de patiënten in de OK-Lounge. Op een normale verpleegafdeling zijn we immers ook nog bezig met zaken als de medicatieronde, visites et cetera. Op de OK-Lounge ben je heel gefocust op één proces. We werken met deze OK-Lounge toe naar een toekomstbestendig zorgconcept."



Shirley Peters: 'Ik was direct enthousiast toen ik hoorde van deze mogelijkheid, want ik wilde zo snel mogelijk thuis zijn om te herstellen.'

PROJECT BETER GEZOND RICHT ZICH OP POSITIEVE VERANDERING LEEFSTIJL:

'Ik ben echt een andere weg ingeslagen'

Het project Beter Gezond helpt patiënten met het veranderen van hun leefstijl, zodat ze beter herstellen én niet opnieuw ziek worden. VieCuri neemt hierin een actieve rol, door met patiënten het gesprek aan te gaan over hun leefstijl. Is de patiënt bereid een positieve verandering in gang te zetten, dan kan het ziekenhuis doorverwijzen naar de juiste professionals binnen VieCuri of in de regio.

Vanwege borstkanker werd bij de 45-jarige Nicole Saris uit Venlo een borst verwijderd en kreeg ze chemotherapie. Ze kan pas geopereerd worden aan haar tweede borst op het moment dat ze een gezond gewicht heeft. Om daaraan te werken, goede Nicole het roer om. "Aandacht voor leefstijl is zowel voor, tijdens als na het behandeltraject ontzettend belangrijk", stelt Thomas Schok. Voor de chirurg-oncoloog is de verandering die Nicole doormaakte een enorme openbaring. "Ik heb Nicole echt zien veranderen als mens. Toen ik haar leerde kennen, was ze fysiek en mentaal in een slechte conditie. Het eerste deel van haar behandeling was ontzettend zwaar, maar ze heeft het zó goed doorstaan. Door onder begeleiding van diverse professionals, zoals de diëtist en fysiotherapeut, aan haar lichamelijke conditie te werken is ze veel gewicht verloren en voelt ze zich beter. Dit, in combinatie met lotgenotencontact en psychologische ondersteuning, heeft ervoor gezorgd dat zij nu veel zelfverzekerder is."

'De knop ging om'

Die verandering merkt Nicole zelf ook op. "Toen ik de diagnose borstkanker kreeg, waren er al een aantal familieleden van mij overleden aan kanker. Ik dacht direct: 'ik ben de volgende'. Maar de knop ging om en mede dankzij de steun van vriendinnen besloot ik te gaan vechten. Ik ben echt een andere weg in geslagen en ga er voor de volle honderd procent voor om beter te worden." Ik beseef heel goed hoeveel geluk ik heb gehad en ben alle artsen, maar zeker ook de stoppen met roken-coach daar heel dankbaar voor. Mijn advies aan anderen: Stoppen met roken kan gewoon.

Het is niet makkelijk, maar je krijgt er zoveel voor terug."

'Ik ben hier geen nummer'

Bij een BMI tussen de 30 en 35 kan de volgende borstoperatie van Nicole plaatsvinden. Het plan is om geleidelijk, binnen twee jaar, tot het streefgewicht te komen. "Inmiddels ben ik al 25 kilo kwijt en bouw ik meer spiermassa op. Twee keer per week volg ik anderhalf uur fysiosport. En binnenkort begin ik met boksen!" Nicole ervaart ook veel steun van drie andere vrouwen die zij ontmoette tijdens de chemotherapie. "We gaan samen wandelen en motiveren elkaar. Ook het lotgenotencontact via het Toon Hermans Huis heeft me veel geholpen. Ik ben actief gaan uitzoeken wat ik nodig heb, en waar andere patiënten misschien ook wat aan hebben. Denk aan de kussentjes om vochtophoping tegen te gaan die mensen kunnen aanvragen bij de stichting Heart Pillow. Dit soort informatie heb ik in de voorlichtingsklapper van het ziekenhuis laten zetten. Hierdoor voel ik mij nuttig en niet alleen maar ziek. Binnen VieCuri voel ik me gehoord en tel ik mee als persoon, ik ben hier geen nummer!"

'Waar wil je zelf iets aan doen?'

Het project Beter Gezond startte bij het Oncologiecentrum en wordt op den duur in het hele ziekenhuis ingevoerd. Thomas Schok: "Willen we de zorg toegankelijk en betaalbaar houden, dan moeten we met z'n allen de verantwoordelijkheid nemen om met onze leefstijl aan de slag te gaan!" In een gesprek komen allerlei elementen van een lichamenlijk en geestelijk gezonde leefstijl aan bod: van ontspanning tot beweging, van gezonde voeding tot zingeving. "We vragen eerst aan de patiënt of we het over zijn of haar leefstijl mogen hebben, want dit kan voor sommige mensen een gevoelig

Thomas Schok: 'Ik heb Nicole echt zien veranderen als mens.'



onderwerp zijn. Vervolgens leggen we de regie bij de patiënt. We gaan als dokter zeker niet met een belerend vingertje zwaaien en zeggen wat iemand moet doen, maar vragen: 'waar wil je zelf iets aan doen en wat zie je als haalbaar?'. Misschien is stoppen met roken nog teveel gevraagd, maar kan iemand wel gezonder gaan eten. Als de patiënt merkt dat dit een positief effect heeft, kan dit de start zijn om meer gezonde keuzes te maken."

Leefstijlbegeleiding dichtbij huis

VieCuri werkt nauw samen met zorgpartners als het gaat om leefstijl en preventie. Chirurg-oncoloog Thomas Schok: "Als we weten waar de patiënt aan wil werken, melden we diegene aan op het verwijsplatform 'Beter Verwijst'. Alle leefstijlbegeleidingen worden volledig of grotendeels vergoed. Denk aan ondersteuning door een leefstijlcoach of deelname aan een stoppen-met-roken programma. Er is altijd sprake van een traject op maat dichtbij huis dat naast de medische behandeling loopt."

ZELF ACTIEF BIJDRAGEN

'Zorg voor je eigen gezondheid'

Als je weet wat er onder patiënten leeft, kun je nóg betere zorg leveren. De leden van de VieCuri Cliëntenraad vertegenwoordigen de belangen van de patiënt. Liesbeth Peeters uit Venlo werkte jarenlang als verpleegkundige. Na haar pensioen wilde ze bij de zorg betrokken blijven en sinds zes jaar zit ze daarom in de Cliëntenraad. Ze moedigt iedereen aan om zelf actief bij te dragen aan een goede gezondheid.

De Cliëntenraad is blij dat VieCuri aandacht geeft aan het project Beter Gezond, waarbij patiënten geholpen worden om hun leefstijl te verbeteren met als doel om zo gezond mogelijk te zijn en te blijven. Voor Liesbeth is het duidelijk: "Een goede gezondheid is zó belangrijk, en kan je helpen om sneller en beter te genezen als je onverwacht toch wat krijgt."

Gezond oud worden

"Ik heb zelf meegemaakt dat een familielid plots een flinke operatie moest ondergaan. Hoe fitter je vooraf bent, hoe sneller je weer opknapt. Dit is natuurlijk op de eerste plaats fijn voor de patiënt



Liesbeth Peeters: 'We worden gemiddeld ouder en dat is heel fijn, maar de manier waarop is wél belangrijk.'

zelf en zijn of haar omgeving. Maar uiteindelijk is het voor ons allemaal goed omdat in de toekomst de druk op de zorg alleen maar toeneemt."

Om zo fit mogelijk te blijven, wandelt Liesbeth veel. "Voorheen ging ik ook naar de sportschool. Toen deze dicht ging, besloot ik over te stappen op een andere activiteit: bewegen in het water. Ook let ik op mijn voeding. We worden gemiddeld ouder en dat is heel fijn, maar de manier waarop is wél belangrijk."

Meld u aan bij ons Patiëntenpanel

Wilt u graag meedenken over belangrijke onderwerpen in en rondom VieCuri? Neem dan deel aan het Patiëntenpanel. Ongeveer 3 keer per jaar ontvangt u via e-mail een vragenlijst. De uitkomsten zijn voor ons een bron van informatie en inspiratie om de zorg verder te verbeteren. www.viecuri.nl/patientenpanel.



Thomas Schok: 'Aandacht voor leefstijl is zowel voor, tijdens als na het behandeltraject ontzettend belangrijk.'

In het VIEzier

Onze mensen maken het verschil. Maar wie zijn de gezichten achter al die witte jassen en deuren? Wat zijn hun drijfveren en hun dromen? En waarom zetten zij zich met hart en ziel voor de zorg in? In deze rubriek komt iedere keer één van onze mensen aan het woord. Deze keer hebben we in het VIEzier: Monique Coenen-van Rensen, al bijna 20 jaar operatieassistent op de operatiekamers (OK).



Monique Coenen-van Rensen: 'We lopen qua operatietechnieken echt voorop'

'Het geeft me altijd een goed gevoel als een operatie goed is verlopen'

Monique (41) begon als verpleegkundige op de afdeling Interne Geneeskunde (oncologie) en heeft zich binnen korte tijd verder ontwikkeld door de driejarige opleiding tot operatieassistent te volgen. Ze heeft qua operatietechnieken al veel nieuwe ontwikkelingen gezien op de OK. Ze is trots op de manier waarop VieCuri op dit vlak vooroploopt.

Hecht team

"Op de operatiekamers werken we nauw samen in een team van minimaal twee operatie-assistenten, een anesthesie-medewerker, een anesthesist, een specialist en een assistent. Natuurlijk doen we ons best om aan onze patiënt zo goed mogelijk zorg te verlenen. Dat ik daar een steentje aan mag bijdragen, geeft me altijd een goed gevoel. We hebben een heel hecht team dat altijd voor elkaar klaarstaat. Mijn drie kinderen zijn nu inmiddels bijna allemaal tieners, maar toen ze jonger waren namen mijn collega's vaak de avonddiensten op zich omdat dat voor mij lastiger was. Nu mijn kinderen ouder zijn, vind ik avonddiensten vaak juist fijn. Op die manier ontzie ik collega's die nu een jong gezin hebben of die juist al ouder zijn. We hebben veel voor elkaar over en helpen elkaar altijd als dat nodig is.

Afwisselend werk

Doordat er bij VieCuri meerdere specialismen werkzaam zijn op de OK, zoals Chirurgie, Orthopedie, Gynaecologie, Urologie en nog

veel meer, blijft mijn werk heel afwisselend. Ik heb in mijn werk wel contact met patiënten, maar dat is maar heel kort. Ik vind dat fijn, want daardoor is de scheiding tussen werk en privé voor mij in balans. Ik neem mijn werk niet mee naar huis.

VieCuri loopt voorop

Mensen weten soms niet dat mijn werk ook vrij technisch is. Ik heb met veel verschillende apparatuur te maken die ik allemaal moet beheersen. Als buitenstaander ben je er niet zo van bewust, maar er is door de jaren heen veel veranderd op technisch vlak, we kunnen zo veel tegenwoordig! Vroeger moesten we bij een aneurysma bijvoorbeeld iemands hele buik openmaken, tegenwoordig kunnen we dat met een kleine incisie en onder lokale verdoving doen. Je blijft dus altijd nieuwe dingen leren in deze functie. We lopen qua operatietechnieken echt voorop ten opzichte van vergelijkbare ziekenhuizen. Het nieuwe operatiecentrum dat in aanbouw is, zal ook van veel nieuwe technieken voorzien zijn.

Goede balans tussen mijn gezin, werk en vrije tijd

In mijn vrije tijd ben ik heel actief; vrienden en vriendinnen zeggen altijd dat ze niet begrijpen hoe ik zoveel kan doen op een dag. Ik zit bij de hockeyclub, doe aan hardlopen en padellen en zit in de organisatie van twee hockeykampen voor mijn dochters. Mijn man heeft een eigen bedrijf en als het nodig is, help ik ook daar wel eens mee. Ook ga ik graag ergens een hapje eten. Kortom, ik verveel me niet snel en vind het heerlijk om actief bezig te zijn. In ons team maken we zaken die we tijdens het werk tegenkomen bespreekbaar. We zijn allemaal echte teamspelers die zorgzaam zijn, goed hun rust kunnen bewaren, veel energie hebben en van aanpakken houden. Ik ben heel tevreden met mijn functie en met de balans die ik nu heb gevonden tussen mijn gezin, werk en vrije tijd."

Welke behandeling past het beste bij u?

Om tot de beste zorg te komen, hebben patiënt en arts elkaar nodig. Beiden hebben even belangrijke expertise. De arts heeft de medische kennis en de patiënt kent zichzelf het beste. De patiënt heeft daarmee een belangrijke rol in het keuzeprocess. Onder de noemer 'Samen Beslissen' bespreken de arts en patiënt samen welke zorg het beste past.

Samen Beslissen is niet nieuw en gebeurt ook al vaak, maar het kan nog beter. Nadenken over wat u wilt is belangrijk. Want uw leven kan door een behandeling soms erg veranderen. VieCuri ondersteunt de patiënt in het keuzeprocess met goede voorlichting. En onze zorgprofessionals krijgen regelmatig scholing. Ook doen we als topklinisch ziekenhuis samen met het Radboudumc onderzoek naar hulpmiddelen bij Samen Beslissen. Chirurg Joop Konsten: "We onderzoeken op dit moment de invloed van een digitale keuzehulp op het behandelbeleid van patiënten. Zo'n keuzehulp bestaat uit een vragenlijst over een aandoening. Het is een hulpmiddel waarmee patiënten thuis al na kunnen denken over de verschillende mogelijkheden. Ze krijgen op die manier een beeld over welke behandeling het beste past. Dit verbetert het gesprek met de dokter."

Zo klaar als een klontje

De 60-jarige Diny Niessen uit Lottum deed mee aan het onderzoek. Voor haar was het na het invullen van de Keuzehulp zo klaar als een klontje wat er moest gebeuren om van haar galstenen af te komen. "In maart dit jaar kreeg ik ineens vervelende klachten, zoals koorts, abnormaal zweten, erge pijn op mijn borstbeen en donkere urine." Na een bloedonderzoek en echo bleek ze last te hebben van galstenen. "Voordat ik naar de arts ging, heb ik zelf een Keuzehulp ingevuld. En na het invullen van de keuzehulp werd mij al snel duidelijk: die galblaas moet eruit, anders kan deze gaan ontsteken met allerlei risico's van dien."

Een goed afgewogen keuze

Om tot een weloverwogen keuze te komen is het voor de arts goed om te weten wat voor de patiënt



Joop Konsten: 'Door samen te beslissen zijn mensen tevredener over de zorg die zij krijgen en trouwer aan de afspraken die zij met hun zorgverlener maken.'

belangrijk is in het dagelijks leven. Wat wil diegene beslist wel en niet? Voor de patiënt is het belangrijk om te weten wat de opties zijn, welke voor- en nadelen de opties hebben én om samen te bespreken wat dit voor de patiënt betekent. Goede voorlichting helpt hierbij. Dat kan op allerlei manieren: mondeling, getekend op papier, met een filmpje of in het geval van Diny met een keuzehulp.

"Voor mij kwam de keuze voor een operatie nu niet meer als schok, ik was goed voorbereid." Eind mei werd Diny geopereerd. Zowel de operatie als haar herstel verliepen goed. "Ik heb nu nergens meer last van. Samen met mijn man heb ik een grote hobby: we gaan graag rijden met twee oude tractoren uit 1959 en 1961 die mijn man heeft opgeknapt. Ik ben blij dat ik na de operatie weer alles kan doen wat ik wil!"

Tips om uw doktersgesprek goed voor te bereiden

1. Schrijf op welke vragen u heeft of waar u zich zorgen over maakt
2. Schrijf op wat voor u belangrijk is en welke verwachtingen u heeft
3. Schrijf op wat u niet wilt
4. Vraag naar de voor- en nadelen van een behandeling of medicijn
5. Stel alle vragen die u wilt, geen enkele vraag is fout

Tot slot kan het helpen iemand mee te nemen naar het gesprek. Vraag ook of u het gesprek op uw mobiele telefoon mag opnemen zodat u alle informatie later nog eens kunt terugluisteren.



Diny Niessen: 'Na het invullen van de keuzehulp was het voor mij direct duidelijk welke behandeling het beste paste.'

Word jij mijn nieuwe collega? Ga naar www.werkenbijviecuri.nl voor de verhalen van mijn collega's en onze veelzijdige vacatures.



HUIZENAAR HAARWERKEN

Een haarwerkspecialist is geen kapper, maar iemand die gespecialiseerd is in het aanmeten, inknippen, vormen en het in model brengen van een haarwerk, in hetzelfde model als het eigen kapsel oorspronkelijk was. Haarwerkers helpen mensen die een haarprobleem hebben of die door ziekte hun haar verliezen. De klanten van Huizenaar Haarwerken waarderen ons vakmanschap. Want wie een pruik of haaraanvulling koopt, wil er graag op een natuurlijke manier goed verzorgd uitzien. Onze haar-protheses en haaraanvullingen zijn van hele goede kwaliteit en niet te onderscheiden van het eigen haar. Ook is het mogelijk om een haarwerk als tweede kapsels te dragen.

Huizenaar Haarwerken biedt een luisterend oor voor de wensen van de klant. Belangrijk voor jou als klant is discretie en volledige privacy (dat is de reden dat je ook niet in een kapsalon komt). Die privacy bewaken wij doordat je behandeld wordt in een aparte behandelkamer. Niet elke klant stelt het immers op prijs om gezien te worden bij het passen en aanmeten van een haarwerk.



VESTIGING
VieCuri Medisch Centrum

Tegelseweg 210 Venlo
077-351 20 76

www.haarwerken.info

**LOVE IT...
MET AL JE
VRIENDEN IN
ACTIE KOMEN**

KOM OOK IN ACTIE
CHECK FIGHTCANCER.NL



Fight[©]

FIGHT CANCER IS PART OF
KWF KANKERBESTRIJDING

Love life. Fight cancer.

MINDER PIJN EN ANGST

'Dankzij speciale bril even helemaal in een andere wereld'



Dimphy Gielen: 'Ik ben met behulp van de VR-bril over mijn angst heen.'

Een vervelende behandeling kan veel angst, spanning én pijn oproepen. Dankzij een virtual reality-bril (VR-bril) kunnen VieCuri-patiënten op zo'n moment even ontsnappen aan de werkelijkheid. Door de filmpjes en spelletjes die ze via de VR-bril levensecht zien, zijn ze even in een andere wereld. De afleiding maakt dat ze minder pijn voelen en de behandeling rustiger kunnen ondergaan.

De VR-bril werd binnen VieCuri als eerste ingezet tijdens de coronacrisis als nieuwe trainingsmethode voor verpleegkundigen. Met de bril konden zij oefenen om patiënten met coronaverschijnselen beter te helpen. Vanwege het succes wordt de bril inmiddels op diverse afdelingen gebruikt. Bij de behandeling van nierstenen bijvoorbeeld. Pim Derks is IC-verpleegkundige en werkt tevens op de polikliniek van Urologie. "Voordat ik de niersteenvergruizer aanzet, bied ik mensen de mogelijkheid om de VR-bril op te zetten. Ik merk dat bijna iedereen daar nieuwsgierig naar is. Ze vinden het allemaal een goed idee!" Los van de positieve reacties van patiënten, merkt Pim een duidelijk effect van de VR-bril tijdens de behandeling. "Ik merk heel duidelijk dat mensen even helemaal in hun eigen wereld zijn. De VR-bril kan een wezenlijk verschil maken: mensen blijven rustiger op de behandelingsafel liggen, ik hoef tussentijds de behandeling niet te stoppen en patiënten ervaren minder pijn." Zelf zette Pim de bril natuurlijk ook een keer op om zelf te ervaren wat de patiënten zien. "Het is bijzonder

om te ervaren dat je links en rechts om je heen ook nog beeld hebt. Er gaat een wereld voor je open!"

Door afleiding minder pijn

Die ervaring had May Zeelen (52) uit Mook ook. Zij is inmiddels drie keer behandeld met de niersteenvergruizer. "Helaas heeft dit niet gewerkt, dus een operatie is de volgende stap. De eerste twee keer dat ik werd behandeld, heb ik naar muziek geluisterd. De derde keer vroeg de verpleegkundige of ik een VR-bril op wilde zetten, en besloot ik het uit te proberen." May merkte dat ze door de VR-bril beter kon omgaan met de pijn. "Bij deze behandeling komt de pijn in golfbewegingen, maar door de afleiding van de VR-bril had ik minder last van die pijn. En de tijd ging ook nog eens sneller voorbij!" May bekeek via de VR-bril een aantal natuurfilmpjes en speelde virtueel memory gedurende de behandeling. "Ik ben een natuurmens en kon virtueel tussen de dolfijnen zwemmen. Ook bekeek ik een filmpje over het regenwoud. Als ik nog vaker behandeld had moeten worden, had ik weer voor

de VR-bril gekozen! Er werd mij gezegd dat sommige mensen wat misselijk van de bril kunnen worden, maar daar heb ik zelf helemaal geen last van gehad."

Niets merken van prik

Ook op de oncologische dagbehandeling is de VR-bril een succes. Verpleegkundige Miriam Vermeulen vindt het vooral een uitkomst op het moment dat



May Zeelen: 'Door de afleiding van de VR-bril had ik minder last van de pijn.'

mensen erg bang zijn voor de naald van een infuus. "Vaak zijn mensen in het begin van de behandeling bang voor de prikken. Ook als patiënten zich onrustig voelen, kan de VR-bril een toegevoegde waarde zijn. Ik heb de bril zelf ook eens opgezet om het effect te ervaren. En inderdaad: je bevindt je even in een totaal andere wereld. Je kunt allerlei filmpjes bekijken waardoor het bijvoorbeeld lijkt alsof je een wandeling door Rome maakt. Het ziet er realistisch uit! Wij als verpleegkundigen merken dat het voor sommige mensen echt werkt, want als ze de filmpjes bekijken merken ze nauwelijks meer iets van de prik!"

moest er voor iedere chemokuur een infuus aangelegd worden. In het begin werd ik daar onrustig van, eigenlijk zag ik daar nog meer tegenop dan tegen de kuur zelf!" Totdat de verpleegkundige op een dag Dimphy voorstelde de VR-bril te proberen. "Ik dacht: baat het niet, dan schaadt het niet. Met de VR-bril op zie ik niet dat ze het infuus aanleggen. En inderdaad: ik merkte iedere keer dat ik de bril droeg, ik veel rustiger was tijdens het prikken. Zat het infuus eenmaal in mijn arm, dan kon de bril af. En inmiddels ben ik zo gewend aan het prikken, dat ik het niet meer zo eng vind en de bril niet meer op hoeft. Ik weet wat er gebeurt en ben met behulp van de VR-bril over mijn angst heen."

Dimphy zette de VR-bril zo'n vijf keer op. Ze reisde virtueel naar het Rijksmuseum en zwom tussen de zeehonden. "Ik kon ook ademhalingsoefeningen volgen. Ik merkte dat mijn ademhaling daardoor goed bleef, en ik niet duizelig of misselijk werd door de spanning van het prikken. Door de bril was ik even niet in het ziekenhuis. Dat werkte heel goed voor mij."

Virtueel naar het Rijksmuseum

Dat ondervond de 45-jarige Dimphy Gielen uit Belfeld, die momenteel behandeld wordt voor borstkanker. "Toen ik begon met de behandelingen was bloed prikken echt niet mijn ding. Ik moest altijd gaan liggen, want anders ging ik onderuit. Bij de Oncologische dagbehandeling

Wat zie je door een VR-bril?

De speciale bril met virtual reality (VR) zorgt ervoor dat de patiënt overal om zich heen een computerbeeld ziet. Dus niet als plat beeld zoals bij een tv of computerscherm, maar 360 graden om zich heen.



Pim Derks: 'Ik merk heel duidelijk dat mensen even helemaal in hun eigen wereld zijn.'

Dimphy Gielen: 'Door de VR-bril was ik even niet in het ziekenhuis. Dat werkte heel goed voor mij.'



WONEN MET ZORG EN TIJDELIJK VERBLIJF

Valuas Groot Bijstervelt biedt hoogwaardige zorg en service aan ouderen als thuis wonen niet meer gaat.

**28 appartementen voor wonen
met 24-uurs zorg**

**35 zorghotelkamers voor tijdelijk verblijf
en herstellzorg**

**Ervaar hoge kwaliteit zorg in een groene
ruimtelijke omgeving**

Heeft u interesse om bij ons te wonen of werken?
Neem dan contact met ons op voor meer informatie
via info@valuaszorggroep.nl of bel **+31(0)499 725 500**



LEGO ALS AFLEIDING ÉN UITLAATKLEP

Bouwen aan een fijn verblijf op de Kinderafdeling

Afgelopen juli werden de eerste setjes LEGO uitgereikt, speciaal gemaakt voor de kinderafdeling van VieCuri. Kinderen die worden opgenomen op de afdeling, krijgen een setje LEGO cadeau. Er zijn zeven unieke diertjes waaronder een zeepaard, krab, octopus en schildpad. Kleurrijke zeedieren die een fijne afleiding vormen tijdens een soms minder fijne tijd in het ziekenhuis.

Karin van Dael is kinderarts bij VieCuri en bedacht het LEGO-project. Karin: "Het mooie aan LEGO is dat het geschikt is voor alle leeftijden. Iedereen kan er zijn of haar creativiteit in kwijt. Ik ben een groot fan van het televisieprogramma LEGO Masters. Toen collega Arne de finale van dat programma bereikte, dacht ik: hier moeten we iets mee op de kinderafdeling!"

Meesters in bouwen en bedenken

Internist Arne Dielis en zijn LEGO Masters-compagnon Sander van Kreijl bedachten een serie met zeven verschillende zeedieren, passend bij het onderwater thema van de Kinderafdeling. Ze ontwikkelden de LEGO-setjes van de eerste schetsen tot en met de bouwstructies en de

verpakkingen. De serie heeft verschillende moeilijkheidsgraden en voor de allerjongsten is er een DUPLO-set. Karin: "Arne en Sander zijn naast meesters in bouwen ook meesters in bedenken. Echt overal is aan gedacht! Het is trouwens niet de bedoeling dat kinderen de complete serie verzamelen. Dat zou betekenen dat we ze vaak zien en in een ziekenhuis is dat niet goed."

Emoties

Bijzonder zijn de oogjes van de zeedieren. Elk dier heeft drie setjes ogen die het dier verschillende stemmingen kunnen geven. Blij, verdrietig en moe. Karin: "De oogjes zijn fantastisch voor kinderen die minder makkelijk over hun emoties praten. Een ziekenhuisbezoek kan veel indruk maken op een kind. Het is heel belangrijk die indrukken te uiten en deze LEGO-setjes kunnen daar bij helpen."

Positieve ervaringen

Fayenne Kusters (8) is een van de kinderen die het eerste setje LEGO uitgereikt kreeg. Haar moeder Liselotte was erbij: "Fayenne heeft last van astma en allergieën. Vorig jaar zijn we gestart met immunotherapie. In het begin kwamen we wekelijks op de Kinderafdeling voor injecties. Nu is dat nog maandelijks. Ondanks de prettige begeleiding



Fayenne: 'Ik huil soms als ik naar het ziekenhuis moet en spelen helpt dan.'

van de artsen en verpleegkundigen blijft het voor Fayenne vervelend om naar het ziekenhuis te gaan." Vader Jeroen vult aan: "De meeste ziekenhuisbezoeken gaan gepaard met veel tranen. We zijn daarom blij dat we vandaag bij de uitreiking mogen zijn. Hoe meer positieve ervaringen op de Kinderafdeling, hoe beter!" Fayenne: "Ik vond het spannend om te komen maar ik ben blij dat ik het heb gedaan. Ik heb de schildpad gekregen en hij heeft nu blije ogen. Ik huil soms als ik naar het ziekenhuis moet en spelen helpt dan."

Voordelen

Lukas Duivelshof (10) is bijna klaar met het in elkaar zetten van zijn krab. Lukas: "Hij was best moeilijk maar het is gelukt! Ik speel graag met LEGO en ik ben fan van Arne en Sander." Moeder Annelies vult aan: "Lukas heeft alle afleveringen van LEGO Masters gezien en hij had veel zin in vandaag. We komen

hier regelmatig voor controles omdat Lukas diabetes en astma heeft. Soms is opname nodig. Hij is er ondertussen aan gewend geraakt." Lukas: "Ik heb op school verteld dat ik vandaag een eerste LEGO-setje kreeg en dat ik Arne en Sander mocht ontmoeten. Mijn klasgenootjes waren een beetje jaloers op me. Toen heb ik gezegd dat zien zijn soms ook voordelen heeft."

Lego doneren aan een ziek kind

Het LEGO-project wordt mogelijk gemaakt door VieAmi, de vriendenstichting van VieCuri. Er is nu een voorraad LEGO-setjes voor ongeveer één jaar. Natuurlijk hopen we dat het project langer door kan gaan. Wilt u bijdragen? Dat kan al voor 5 euro per pakket. Lees meer op www.vieami.nl.



Karin van Dael samen met Lukas (rechts). Karin: 'De oogjes zijn fantastisch voor kinderen die minder makkelijk over hun emoties praten.'

VIECURI ZET STAP EXTRA

'We onderzoeken altijd de botgezondheid bij prostaatkankerpatiënten'

Jaarlijks krijgen 13.000 mannen te maken met prostaatkanker. Een bijwerking van de hormoontherapie die wordt ingezet tegen deze ziekte is botontkalking ofwel osteoporose. In VieCuri zijn we daar extra alert op. We letten goed op de botgezondheid van onze patiënten en proberen de botten gezond te maken én te houden.

"Je kunt ontzettend lang leven met prostaatkanker en daar ook van genezen. Het is echter niet de bedoeling dat je met langdurige gevolgen van de behandeling kampt, zoals botontkalking. Dat geeft namelijk een verhoogd risico op een botbreuk, iets wat grote gevolgen op iemand zijn leven kan hebben", vertelt Marsha van Oostwaard, verpleegkundig specialist en onderzoeker bij het Centrum voor Metabole Botaandoeningen van VieCuri. "Hoewel andere ziekenhuizen ook aandacht hebben voor het voorkomen van botbreuken bij hormoontherapie zet VieCuri een stap extra. Het is uniek dat de verpleegkundigen urologie, de uroloog en de verpleegkundig specialisten in het Centrum proactief samenwerken. In overleg met de afdeling Urologie komen alle prostaatkankerpatiënten die starten met hormoontherapie bij ons langs. We doen diverse onderzoeken, zoals een botdichtheidsmeting, om de gezondheid van de botten bij

de start van de behandeling te meten. De botdichtheid geeft aan hoe broos het bot is. En we maken foto's van de wervelkolom om deze te onderzoeken op tekenen van botontkalking."

Botafbraak remmen

Uit deze onderzoeken blijkt dat een deel van de mannen last heeft van botontkalking. "Deze groep krijgt medicijnen om de botafbraak af te remmen. Bij andere patiënten is dat niet nodig. Maar ook bij hen meten we tijdens de hormoontherapie wederom de botdichtheid om de botkwaliteit nauwkeurig in de gaten te houden."

Meer calcium en bewegen

Patiënten krijgen daarnaast voorlichting over wat ze zelf kunnen doen om botontkalking zoveel mogelijk te voorkomen. "Calcium is belangrijk om botverlies tegen te gaan, alhoewel je er botontkalking niet mee kunt voorkomen. Door voldoende zuivel te eten, zijn je botten wel gezonder." Ook krijgen patiënten beweegadvies. "Als

bot niet wordt gebruikt, wordt het dunner en minder sterk. Het is daarom goed om onze botten zo veel mogelijk 'aan het werk' te zetten door te wandelen, traplopen of dansen."

Positieve boost

Toen de 70-jarige Peter Keijsers uit Horst de diagnose prostaatkanker kreeg, bleek na onderzoek dat ook zijn botten extra aandacht nodig hadden. "Voordat ik met de hormoonbehandeling begon, bleek dat de structuur en dichtheid van mijn botten al op het randje zat. Ik had nog nét geen botontkalking. Maar door de hormoonbehandeling gaan de botten nog verder achteruit, dus krijg ik nu ieder jaar een infuus met een bepaalde stof die de afbraak van het bot remt. Inmiddels heb ik nu twee keer een check gehad en is de dichtheid van mijn botten gelukkig stabiel gebleven." Zelf werkt Peter actief aan zijn herstel. Hij besloot niet bij de pakken neer te gaan zitten na de diagnose prostaatkanker. "Ik wilde er zelf



Marsha van Oostwaard: 'Als bot niet wordt gebruikt, wordt het dunner en minder sterk.'



Peter Keijsers: 'Ik wilde er zelf tegenaan gaan, de regie nemen over mijn eigen ziekte.'

tegenaan gaan, de regie nemen over mijn eigen ziekte. Dat heeft mij een positieve boost gegeven. Ik loop al hard vanaf mijn dertigste

en heb bij de uroloog een verwijzing gevraagd voor oncologische revalidatie bij een gespecialiseerde fysiotherapeut. Ik voel me goed!"

Wat ik zie bij VieCuri?

Een ziekenhuis
dat met de tijd
meegaat en
waar ik **actief en
in teamverband**
 bezig ben.

**Monique
Coenen-van Rensen**
Operatieassistent

Benieuwd naar onze
verhalen en vacatures?

WWW.WERKENBIJVIECURI.NL

