

Vooru



DOORBRAAK IN RKZ IS NIEUW HOOGTEPUNT BOUW

Met het doorbreken van een wand tussen de bestaande bouw en het nieuwe deel van het RKZ is een volgende grote stap gezet naar het vernieuwde RKZ. Marius Touwen (RKZ) en Harry van Zandwijk (Medex) namen op dinsdag 19 september de hamer ter hand om het belangrijke moment te realiseren.

Na woorden van dank van Peter van Barneveld, bestuursvoorzitter RKZ, aan iedereen die de vernieuwing van het RKZ mogelijk maakt kon de doorbraak -letterlijk- gemaakt worden. Met een alcoholvrije champagne in de hand konden collega's van het Rode Kruis Ziekenhuis, genodigden als gemeente, buurtbewoners, verzekeraars en banken vervolgens zelf de binnenkant van de zogenaamde 'Hotfloor' voor het eerst bezoeken. Voor degenen die niet aanwezig konden zijn en alle andere geïnteresseerden was de bijeenkomst live te volgen via Facebook.

ZORGTRANSITIE

Bij terugkomst in het RKZ restaurant vertelden Judith Ferwerda (manager Zorg) en Mark van Zanten (medisch manager Spoedeisende Hulp) over alle projecten die in het RKZ plaatsvinden en die de zogenaamde zorgtransitie voor alle afdelingen die volgend jaar in de nieuwbouw gehuisvest zijn mogelijk maken. Ook die grote omslag is alleen mogelijk dankzij de inzet van alle collega's in het RKZ en met name degenen die in 2024 op hun nieuwe plek onze patiënten mogen ontvangen.



Lees verder op pagina 3 >>

BORST-CENTRUM HELPT DICHT BIJ HUIS



Pagina 3

VAN OPERATIE-KAMER NAAR VOETBALVELD



Pagina 4

GEEN GIPS BIJ EENVOUDIGE BREUKEN



Pagina 6

SIKKENK
haarspecialisten sinds 1928

Dé grootste haarwerk
speciaalzaak van Nederland

- meer dan 1000 haarwerken en hoofdaccessoires op voorraad
- meerdere mooie prive paskamers
 - eigen atelier
- huis en ziekenhuisbezoek ook mogelijk
- erkend door alle zorgverzekeraars

Wagenweg 122, 2012 NJ Haarlem • 023 532 58 83
info@haarspecialisten.nl • www.haarspecialisten.nl

Wij zijn ook in deze periode open van dinsdag t/m zaterdag van 10u tot 17u.
Graag helpen wij u op afspraak volgens de strikte RIVM richtlijnen.

ANKO
HAARWERK
SPECIALIST



Je hoeft het niet alleen te doen.

Het leven is niet meer hetzelfde na een beroerte, een ongeluk, chronische ziekte of met aanhoudende pijnklachten. Maar je wilt wél een zo normaal mogelijk leven leiden en zelf de touwtjes in handen hebben. Door specialistische revalidatie krijg je snel weer grip op je leven. Daarnaast biedt Heliomare ook begeleiding bij (terugkeer naar) werk en een scala aan beweeg- en sportactiviteiten. Wij ondersteunen je met een heel team in een vorm die bij jou past. Maatwerk dus. **Niemand aan de zijlijn, daar zetten wij ons samen met het RKZ voor in!**

Voor meer informatie of aanmelding:
Bel 088 920 92 00 of ga naar heliomare.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

Scan de code met uw smartphone en download eenvoudig online.

NIERSTICHTING
ik neem jij je leven.

IJ MED
fysiotherapie

samen werken wij
aan jouw vorm
fitheid en
vitaliteit

www.ijmed.nl
t: 0255 532211



HOTFLOOR

Aan de voorkant van het bestaande hoofdgebouw verrijst een nieuw gebouw. In deze 'hotfloor' komt het Spoedplein met een overdekte ambulancehal, de beeldvormende diagnostiek (radiologie) en het operatiecentrum. Hier komt de hightech van het ziekenhuis: de modernste technologie in een nieuwe jas. In dit bouwdeel komt ook de hoofdentree. Niet alleen zal het aanzicht verbeterd worden, maar ook de toegang vanaf de parkeerplaats over de Vondellaan naar de ingang van het ziekenhuis. De oplevering is in 2024 gepland en ligt helemaal op schema.

Kijk voor meer informatie over de nieuwbouw en foto's van de doorbraak op rkz.nl/bouw.

“Die grote omslag is alleen mogelijk dankzij de inzet van alle collega's in het RKZ.”

BOUWINFO

Opdrachtgever:

Rode Kruis Ziekenhuis, Beverwijk.

Ontwerp:

Bureau Berndsen voor architectuur, Arnhem.

Uitvoering:

Medexs, Rhenen.

Bouwperiode:

voorjaar 2023 – zomer 2024.

LINDA STENGS is specialist in het Borstcentrum Beverwijk en zit in het landelijk bestuur Borstkankerzorg (NABON)



Het Rode Kruis Ziekenhuis vormt een centrum voor Borstkankerzorg in Noord Holland met NWZ en op drie locaties: Alkmaar, Den Helder en Beverwijk. Samen vormt dit één van de drie grootste borstcentra in Nederland. In het centrum worden vrouwen van alle leeftijden met borstproblemen geholpen. Door de zorg te bundelen kunnen de ziekenhuizen expertise voor jongeren centraliseren. Voor ouderen is het juist van belang dat hun zorg dichtbij en vertrouwd is. Zij willen bij voorkeur dicht bij huis geholpen worden.

Stengs: 'Op het gebied van de moderne gezondheidszorg is het bieden van alleen een goede medische behandeling niet langer voldoende; een alomvattende aanpak die persoonlijke zorg en emotionele steun omvat, is even belangrijk. Het Rode Kruis Ziekenhuis onderscheidt zich niet alleen door patiëntvriendelijke innovaties op het gebied van borstchirurgie, maar ook door grote nadruk te leggen op het persoonlijk welzijn en comfort van de patiënt.

SNELLE BEHANDELING MOGELIJK

Landelijk heeft het RZK Borstcentrum de allersnelste doorlooptijden. Dat betekent dat het behandelprogramma van diagnose, behandelplan tot de start van de behandeling korter is dan in vele andere centra in Nederland. Stengs: 'Bij ons krijg je dezelfde dag of uiterlijk de volgende dag de uitslag van je onderzoek. Dit laatste geldt voor als er uitgebreider onderzoek

moet plaatsvinden. Dit duurt in andere centra vaak langer.' Een ander voordeel waar Linda duidelijk trots op is, is de goede samenwerking met de plastisch chirurgen in het RKZ. 'zo doen wij in het RKZ de directe DIEP-reconstructie, waarbij een nieuwe borst gemaakt wordt met huid en vetweefsel van de buik. Hier hebben vrouwen die bij ons in het behandeltraject zitten baat bij, maar ook kunnen vrouwen die in andere ziekenhuizen zijn behandeld, met een verwijzing van hun specialist of huisarts bij ons terecht voor deze ingreep.'

TOEGEWIJD TEAM

Het toegewijde team van medische professionals van het ziekenhuis erkent dat de reis van elke patiënt uniek is. Stengs: 'We nemen de tijd om individuele behoeften, zorgen en voorkeuren te begrijpen. Deze patiëntgerichte inzet vormt de basis van de gepersonaliseerde benadering van borstchirurgie



in het ziekenhuis. Borstoperaties, ongeacht de aard ervan, kunnen bij patiënten een scala aan emoties oproepen. We luisteren naar de emotionele behoeften van patiënten. Zo bevordert het ziekenhuis een 'warme' omgeving die patiënten in staat stelt veerkrachtig met hun behandeling om te gaan.

ZORGEN WEGNEMEN

Communicatie en voorlichting: transparante communicatie is de sleutel tot het wegnemen van de zorgen van patiënten en het bevorderen van een gevoel van vertrouwen. Het ziekenhuis zorgt ervoor dat patiënten goed geïnformeerd worden over hun aandoening, behandelmogelijkheden en de behandeling. Deze aanpak stelt patiënten in staat om actief deel te nemen aan hun zorgbeslissingen en vermindert de angst die gepaard gaat met het onbekende.

WESLEY ZONNEVELD *van de OK naar de voetbal*



In de hal wacht een verslaggever op Wesley Zonneveld, onze RKZ collega van de OK, maar ook begenadigd keeper voor de Rijnsburgse Boys. Ze moesten wel twee keer kijken of hij het is. De keeper ziet er in het doel indrukwekkend uit maar in zijn witte ziekenhuisjas met een groen pak maakt hij ook indruk. 'Als je me altijd in voetbalkleding ziet dan is dit wel even anders' zegt Wesley.

Van het blad van de Rijnsburgse Boys mogen wij in onze RKZ VoorU hun artikel delen.

'Eigenlijk is voetballen veel leuker dan keepen. Dat vind ik nog steeds zo! Maar ja, als je eenmaal in de goal bent beland dan is het vaak zo dat je daar ook in blijft staan.' In Lisse begon de loopbaan van de 31 jarige doelman. 'Ik ben als 9-jarige begonnen met keepen, ik heb dat maar een seizoen volgehouden omdat ik veel doelpunten om mijn oren kreeg. Toch werd er tegen mij gezegd dat ik vol moest blijven houden. Ik ging voetballen en viel af en toe in als keeper. Als 14-jarige ben ik weer begonnen met keepen en ben ik nooit meer uit de goal gegaan.

Toen ik 17 jaar was ben ik naar AZ gegaan. Ik speelde daar in de A1 en we speelden in de landelijke eredivisie. Tegenstanders als Ajax, ADO Den Haag, Feyenoord en PSV kwam ik als doelman tegen. Tussendoor ben ik naar Telstar gegaan omdat er een samenwerkingsverband was met AZ. Telstar had problemen met hun keepers. Ik ben uiteindelijk wel bij Telstar in het doel gekomen. Ik heb daar acht seizoenen gespeeld. In de Keuken Kampioen Divisie heb ik 99 wedstrijden gespeeld. Van Telstar ging ik naar Scheveningen. Ik heb daar een half seizoen gekeept tot Corona uitbrak. Met Rijnsburgse Boys (RBB) was ik toen al in gesprek om daar te komen keepen. Ik hoop ooit mijn carrière af te sluiten in het team van mijn vrienden in Lisse, maar voorlopig ben ik nog niet klaar in Rijnsburg'.

BRANDWONDENCENTRUM

'Na mijn periode bij Telstar moest ik weer op zoek naar een baan. Na twee andere plekken kon ik als facilitair medewerker aan de slag in het Rode Kruis Ziekenhuis en na een interne opleiding ben ik aan de slag gegaan in het Operatiecomplex (OK). Ik doe de logistiek op de OK en zorg er zo mede voor dat artsen goed hun werk kunnen doen. In het Rode Kruis Ziekenhuis zit ook het Brandwondencentrum. In de OK wordt zowel de reguliere zorg als brandwonden behandeld. Dit loopt eigenlijk door elkaar heen. Ik werk hier dagdiensten en dat is goed te doen. Ik kan dus altijd trainen en voetballen.

Het Brandwondencentrum Beverwijk is bekend in heel Nederland. We krijgen hier dan ook patiënten met ernstige brandwonden binnen. Dat loopt uiteen van motorrijders met brandwonden tot kinderen die kokend water over zich heen hebben gekregen. Ik zie hier dus veel voorbij komen. In het begin is dat

wel heftig maar nu raak ik daar aan gewend. Brandwonden bij kinderen went echter nooit, dat is echt verschrikkelijk. Ik praat thuis over wat ik meemaak en ook met collega's hebben we het erover. Het zijn soms toch verschrikkelijk dingen die je ziet'.

WERKDAG

Als hij op de OK is gearriveerd, is er eerst een dagstart. Er wordt gekeken naar wat er moet gebeuren en de patiënten die binnenkomen. Samen met collega's zorg ik ervoor dat alle spullen klaar liggen in de OK. Ook kijk ik of het benodigde materiaal zoals messen, spuiten en naalden aanwezig is. Maar denk ook aan knieschijven of heupkoppen. We willen natuurlijk graag dat alles aanwezig is als de arts begint met opereren. We proberen dus alles goed voor te bereiden maar de waan van de dag is er

natuurlijk ook. Als iemand uit bed valt en zijn heup breekt dan moet daar natuurlijk direct actie op ondernomen worden en wordt er met spoed een OK klaargemaakt. Iedere dag gaat het hier van hot naar her. Rustig blijven op chaotische dagen is dan belangrijk'.

TELEFOON

Tijdens het gesprek gaat de telefoon. Er moet iets geleverd worden op een van de OK's. We lopen met Wesley mee naar een behoorlijke opslagruimte. Wat opvalt is dat de stickers met barcode RBB kleuren geel zwart hebben. 'Ik heb het systeem ontworpen en er voor gezorgd dat de stickers in RBB kleuren geleverd werden.' Lachend: 'Zo ben ik op mijn werk toch nog een beetje met voetbal bezig.'

Op een werkdag worden er ongeveer 30 personen geopereerd. Om vijf uur is het werk voor Wesley klaar. 'Bij spoedoperaties in de avond staan er kant en klare kits klaar die gebruikt kunnen worden op de OK. Een arts grijpt nooit mis. We zorgen dat alles geregeld is'. In het werk hoopt Wesley nog verder door te kunnen groeien. 'Ik vind het leuk om in het ziekenhuis verschillende dingen te kunnen doen maar dit moet voorlopig wel in combinatie met het voetballen kunnen'.



“Iedere dag gaat het hier van hot naar her. Rustig blijven op chaotische dagen is dan belangrijk.”

(DIGITALE) VOORLICHTING

Scan de QR code voor onze actuele agenda van zowel digitale als fysieke voorlichting. Zo zijn er regelmatig online voorlichtingsbijeenkomsten van het RKZ Obesitascentrum over een operatieve behandeling van overgewicht en (digitale) bijeenkomsten georganiseerd door Longpunt Beverwijk.



HEEFT U OPMERKINGEN OF VRAGEN OVER DEZE VOOR U? MAIL ONS: COMMUNICATIE@RKZ.NL

Warme zomer ZORGT VOOR DRUKTE IN DE BRANDWONDENCENTRA



De drie Nederlandse brandwondencentra (Groningen, Beverwijk en Rotterdam) zien veel slachtoffers met ernstige brandwonden die worden veroorzaakt door typische zomeroorzaken. De grootste oorzaak: barbecueën.

'Sommige mensen gebruiken nog steeds brandbare vloeistoffen om de barbecue aan te steken. Daar komt altijd een gaswolk bij vrij. Wanneer er één vonkje bijkomt, ontstaat er een levensgevaarlijke steekvlam', zegt Kiran Baran, brandwondenarts in het Rode Kruis Ziekenhuis. Daarom waarschuwen de brandwondencentra samen met de Nederlandse

“Vaak zijn het juist familieleden of vrienden van degene die de brandbare vloeistof heeft gebruikt.”



Brandwonden Stichting dat je de barbecue alleen veilig aan kunt steken met aanmaakblokjes.

Elk jaar lopen mensen ernstige brandwonden op door typische oorzaken die alleen in de zomer voorkomen. Denk aan de barbecue, maar ook aan hete metalen glijbanen of ongelukken met gas op bootjes. 'We hebben nu al te maken met erg mooi weer, dus halen mensen de barbecue eerder van stal. Helaas zien we dat ook in de brandwondencentra,' legt de brandwondenarts uit Beverwijk uit. 'Tot nu toe hebben we al 11 volwassen met ernstige brandwonden in ons centrum behandeld. Daarbij ook nog 3 kinderen. Veel van die patiënten hebben brandwonden door het gebruik van brandbare vloeistoffen tijdens het barbecueën. Vaak zijn het juist familieleden of vrienden van degene die de brandbare vloeistof heeft gebruikt.'

Als er veilig wordt gebarbecueed, is de kans dat het fout gaat klein. Echter, zit een ongeluk in een klein hoekje. Maar het aansteken van de barbecue duurt voor sommigen te lang en ze proberen dit te versnellen door gevaarlijke vloeistoffen te gebruiken. Denk hierbij aan spiritus, bio-ethanol, benzine, wasbenzine en brandgel. Wanneer er een brandbare vloeistof wordt gebruikt, kan dit een grote steekvlam veroorzaken. Bij het openen van een fles met brandbare vloeistof komt er altijd een gaswolk vrij. Deze onzichtbare gaswolk blijft in de lucht hangen en is zeer brandbaar. Wanneer daar één vonkje bijkomt, ontstaat er een steekvlam.



TIPS OM ONGELUKKEN TE VOORKOMEN

Kies een stevige plek voor je barbecue zodat die niet om kan vallen. Denk er daarbij om dat je kinderen en huisdieren niet bij de barbecue kunnen komen en er tegenaan kunnen vallen. Zij zien het gevaar van een smeulende barbecue niet. Mocht je een gasfles gebruiken tijdens het barbecueën, controleer dan de datum op de gasfles en de gasslang. Check ook of de slang niet poreus is en of er geen gaatjes inzitten. En heb je een houtskool barbecue? Gebruik dan aanmaakblokjes om je vuur aan te krijgen. Nooit een aanmaakgel of brandbare vloeistoffen! Liever even wat meer geduld hebben en daarmee slachtoffers voorkomen.



Rode Kruis Ziekenhuis
Medisch Specialistische Zorg



6 TIPS VOOR IN DE ZON

TIP 1: LAAT JE HUID WENNEN AAN ZONLICHT

Na de winterperiode is je huid niet meer gewend aan zonlicht. Hierdoor is tijdens de voorjaarszon de kans op zonverbranding extra groot.

TIP 2: SMEER VANAF EEN UV-INDEX 3

Vanaf UV-index 3 kan je huid verbranden. Een UV-index 3 of hoger is mogelijk in de maanden april tot oktober.

TIP 3: ZOEK DE SCHADUW OP TUSSEN 11:00 EN 15:00 UUR

Tussen 11:00 en 15:00 uur staat de zon op zijn hoogst waardoor meer UV-straling ons bereikt.

TIP 4: DRAAG BESCHERMENDE KLEDING

Draag een hoedje, losse kleding die de huid beschermt en ook een zonnebril. Ook je ogen zijn kwetsbaar voor de felle zon.

TIP 5: SMEER VOLDOENDE ZONNEBRANDCRÈME

Smeer je een halfuur voor je de zon in gaat alvast van top tot teen dik in. Zonnebrandcrème heeft altijd even tijd nodig voor het optimale bescherming biedt. Na maximaal twee uur moet je jezelf opnieuw insmeren.

TIP 6: DRINK VOLDOENDE WATER

Houd je vochtbalans op niveau. Dit is niet alleen goed voor je huid die uitdroogt door de zon, maar zorgt er ook voor dat je niet zo snel een zonnesteek oploopt.

GEEN GIPS BIJ EENVOUDIGE BREUKEN

Sinds 1 mei biedt het RKZ Virtual Fracture Care (VFC). Patiënten met een simpele, stabiele breuk kunnen nu behandeld worden met een brace of drukverband in plaats van gips. Poliklinische controle is bij deze specifieke letsels niet meer nodig, patiënten hebben alle informatie beschikbaar in de Virtual Fracture Care app.



OPEN DE CAMERA OP UW TELEFOON EN RICHT HEM OP DE QR-CODE. U WORDT AUTOMATISCH NAAR DE APP VERWEZEN.



Francien Roossen, RKZ SEH-arts: "In deze app krijgt u direct antwoord op al uw vragen omtrent de behandeling van uw letsel. De app dan de juiste gegevens voor het desbetreffende

ziekenhuis. Na behandeling op de SEH krijgen de patiënten voor vertrek duidelijke uitleg over de Virtual Fracture Care app. Bijvoorbeeld over de behandeling, het herstel en de herstelperiode van het letsel. Maar ook met voorbeeldvideo's van oefeningen en het opnieuw aantrekken van de brace, bijvoorbeeld na het douchen.

BREUKLIJN

De app ondersteunt een behandeling waarbij de patiënt de regie heeft: er wordt geen standaardcontrole afgesproken, maar de patiënt kan het herstel zelf managen. Naast de app is er een speciale Breuklijn ingesteld, een telefoonnummer dat patiënten kunnen raadplegen bij vragen of toenemende pijnklachten. Deze lijn wordt bemand door de gipsverbandmeesters, met als achterwacht een traumachirurg of orthoped-traumatoloog.

11 LETSELS

De Virtual Fracture Care methode vindt zijn oorsprong in Glasgow. In 2011 is hier gestart met een vergelijkbaar

behandelproces, waarna veel ziekenhuizen in het Verenigd Koninkrijk volgden. De selectie van de 11 letsels is voornamelijk gebaseerd op studies van deze ziekenhuizen. Hierin wordt gesteld dat patiënten met deze letsels een gunstige behandeluitkomst hebben met vroegtijdige behandeling, zonder poliklinische of radiologische nacontrole.

OLVG

De Virtual Fracture Care is in Nederland ontwikkeld in het OLVG: 'Wij hebben de visie dat patiënten overal in Nederland dezelfde behandeling en informatie zouden moeten krijgen. De inhoud van de app verbeteren we en breiden we samen uit. Zo proberen we te zorgen voor uniforme informatie van hoge kwaliteit voor alle patiënten met breuken. Alle ziekenhuizen in Nederland zijn welkom om zich aan te sluiten bij de app.' Het RKZ heeft van die uitnodiging dankbaar gebruik gemaakt.

Normaal gesproken wordt voor vrijwel iedere patiënt met een verstuing of botbreuk een afspraak voor nacontrole in het ziekenhuis gemaakt. Onderzoek toont aan dat dit lang niet altijd noodzakelijk is. Arts-onderzoeker Thijs Geerdink van OLVG, die de app als onderdeel van zijn promotietraject heeft ontwikkeld, licht dit toe. 'De nacontroles zijn routinematig en dienen vooral als geruststelling.

Ze voegen vaak niets toe aan het herstel en leiden nooit tot wijziging van de behandeling.'

Een simpel en stabiel letsel is bijvoorbeeld een botbreuk die in principe altijd goed herstelt, bijvoorbeeld een greenstick fractuur van de pols bij kinderen. Deze patiënten krijgen een brace of verband in plaats van gips, en kunnen dit zelf verwijderen. OLVG heeft de resultaten van VFC in 2020 gepubliceerd in het Nederlands Tijdschrift voor Geneeskunde. Dit onderzoek en ontwikkeling van de Virtual Fracture Care is mede mogelijk gemaakt vanuit Zilveren Kruis. Uit het onderzoek blijkt dat er een vergelijkbare patiënttevredenheid was en geen verschuiving van zorg naar de eerste lijn. Dat maakt VFC een veilig alternatief voor de traditionele behandeling met poliklinische controles. De werkwijze wordt breed gedragen door de Spoedeisende Hulp, Chirurgie, Orthopedie en gipsverbandmeesters.

"We proberen te zorgen voor uniforme informatie van hoge kwaliteit voor alle patiënten met breuken."

Podcasts MET HET RKZ



Leve je Lijf de Podcast! Een podcast waarin, Moene en Pauline, twee jonge dokters, in gesprek gaan met experts op het gebied van leefstijl en gezondheid. In deze podcast bespreken we allerlei verschillende onderwerpen, met de nadruk op een gezonde leefstijl en het voorkomen van ziektes.

ALLES OVER VIRUSSEN, BACTERIËN EN ANTIBIOTICA MET GONNEKE HERMANIDES, INTERNIST-INFECTIELOOG.



Waar zijn bacteriën voor nodig in het lichaam en wanneer word je er ziek van? En wanneer heb je antibiotica nodig en wanneer juist niet? We bespreken de meest voorkomende ziektes en behandelingen en gaan dieper in op antibiotica en resistentie. Soms kun je met een virus of bacteriële infectie afwachten en hoef je geen dokter te bezoeken. Na het luisteren van deze aflevering weet je meer over de alarm-symptomen en wanneer je juist wel aan de bel moet trekken.

“Soms kun je met een virus of bacteriële infectie afwachten.”

POEP - MARIJE APPELS, MAAG, LEVER, DARM ARTS

Over poep praten vinden mensen vaak ongemakkelijk, maar we doen het allemaal en het is super belangrijk om te weten wat voor jou normale ontlasting is. Wanneer je weet waar je op moet letten, kun je aan de bel te trekken als dat veranderd is. Veranderde ontlasting kan namelijk een alarm-signaal zijn dat er iets aan de hand is in je lichaam. In deze aflevering bespreken we de functie van alle spijsverteringsorganen. Ook komen verschillende problemen per orgaan aan bod en wat je aan deze problemen kunt doen. Na deze aflevering weet je welke weg voeding afdelt van mond tot kont, wat veel voorkomende problemen zijn en waar je op moet letten als je naar je ontlasting kijkt.



“Wanneer je weet waar je op moet letten, kun je aan de bel te trekken als dat veranderd is.”

HOGЕ BLOEDDRUK - TJERK DE NIJS, INTERNIST

Hoge bloeddruk is een belangrijke risicofactor voor het krijgen van hart- en vaatziekten, tegenwoordig een van de belangrijkste doodsoorzaken ter wereld. Tjerk de Nijs, vasculair internist, geeft ons uitleg over wat een bloeddruk precies is en wanneer deze te hoog is. We gaan dieper in op de oorzaken van een hoge bloeddruk, welke klachten je daarbij kunt ervaren en wat de (ernstige!) gevolgen kunnen zijn. Een hoge bloeddruk is heel goed behandelbaar en kan sterk leefstijl gerelateerd zijn. In deze aflevering leer je wat je zelf kunt doen om een hoge bloeddruk te voorkomen of te behandelen.



“Een hoge bloeddruk is heel goed behandelbaar en kan sterk leefstijl gerelateerd zijn.”

Instagram @levejelijfdepodcast

Door Pauline van de Sande & Moene de Jong

levejelijfdepodcast@hotmail.com



KAMERVVRAGEN OVER ZORGVERGOEDING

In het landelijke nieuws is veel aandacht voor Kamervragen aan het demissionaire kabinet in het algemeen en minister van volksgezondheid (VWS) Ernst Kuipers over het mogelijke sluiten van operatiekamers door ziekenhuizen. Dit komt doordat deze te veel patiënten ontvangen van verzekeraars, die daarvoor geen vergoeding kunnen geven omdat het afgesproken budget op is.



Het Rode Kruis Ziekenhuis (RKZ) verwacht ook overschrijdingen op de zorgcontracten bij een aantal zorgverzekeraars. Van drastische maatregelen is echter geen sprake. Het ziekenhuis verwacht overschrijdingen, laat woordvoerder Ninna Post weten. 'Het is dan van belang om tijdig met elkaar in gesprek te gaan. Onze afdeling zorgverkoop is de afgelopen weken in overleg getreden met de zorgverzekeraars over deze

verwachte overproductie. Samen met de zorgverzekeraars proberen we de zorgvraaggroei zo goed mogelijk in te schatten, maar dat kan zich in werkelijkheid anders ontwikkelen.'

CONSTRUCTIEVE OVERLEGGEN

Vanwege de constructieve overleggen die plaatsvinden, ziet het RKZ geen aanleiding om 'af te schalen'. 'We gaan ervan uit dat het geen gevolgen

heeft voor onze zorg die wij aan onze patiënten aanbieden', aldus Post. 'De gesprekken kunnen er toe leiden dat de zorgverzekeraars overgaan tot uitbreiding van de zorgcontracten, maar kunnen er bijvoorbeeld ook toe leiden dat er wordt gekeken of zorg kan worden verplaatst naar zorgaanbieders met capaciteitsruimte. We moeten immers met zijn allen de zorgcapaciteit en financiële middelen juist inzetten en verdelen binnen onze samenleving.'

UW WAARDERING VOOR ONZE ZORG



Wij willen u hartelijk bedanken voor uw vertrouwen in ons ziekenhuis. Wilt u ook een recensie achterlaten over ons ziekenhuis, één van onze artsen of onze zorg? **Ga dan naar www.zorgkaartnederland.nl**. Hieronder leest u enkele reacties op die site.



**Zorgkaart
Nederland**

www.zorgkaartnederland.nl

Grote waardering

Liesbreuk – In mei ben ik aan een liesbreuk geopereerd. Het was voor mij de eerste keer dat ik in het ziekenhuis ben geopereerd. 80 jaar. Ik heb grote waardering voor de verpleegkundigen van de dagverpleging en van de uitslaapkamer. Ook voor de chirurg die mij hielp heb ik enorme waardering. Nergens last van gehad.

10

Gerustgesteld

Mijn verstandskiezen zijn getrokken. Ik was erg zenuwachtig maar de arts en de assistente waren enorm aardig en stelde me goed gerust.

9.5

Professioneel en vakkundig

Oncologie- Vanaf het moment dat de diagnose was gesteld, werden er snel afspraken gemaakt, binnen korte tijd operatie, informatie en duidelijke uitleg, kortom zeer professioneel, en vakkundig...onze dank is zeer groot....

9.9

Zorgvuldige omgang

Maag-, Darm- en Leverziekten - Integere behandeling zorgvuldige omgang. Fijn was ook dat er geen wacht tijden zijn voor en na de behandeling. Het team van mdl alle lof voor de communicatie en vriendelijke en deskundige benadering.

10

U KUNT ONS OOK VOLGEN OP:



/RodeKruisZH



/RKZ.BrandwondencentrumBeverwijk



/company/rode-kruis/ziekenhuis



/rodekruisziekenhuis/



In het kort

NIEUWE BLIKVANGER IN RKZ ATRIUM



DAVE MEIJER (L) EN
MARIUS TOUWEN

Vrijdag 2 juni en zaterdag 3 juni heeft kunstenaar Dave Meijer zijn werk Nulpunt (2002) naar het Atrium van het RKZ gebracht: talloze beschilderde, kleurrijke paneeltjes bekleeden daarna de wand van ons Atrium. Het werk van Meijer bestaat uit een spel van kleuren, lijnen en vormen, geïnspireerd op de dagelijkse omgeving van de Zeeuwse kunstenaar.

Museum Voorlinden: Nulpunt is een sleutelwerk waarin het hele oeuvre van Meijer samenkomt. Tegelijkertijd laat het ruimte vrij voor wat nog komen gaat. De serie bestaat uit 450 onderdelen – ontleend aan de vermenigvuldiging van de afmetingen van zijn panelen – min één, opdat het werk nooit helemaal 'af' zou zijn. Alsof het schaakstukken zijn, puzzelt hij met de onderdelen, om ze een plek te geven in het grote geheel. Alle elementen in de serie vertonen overeenkomsten: niet alleen in hun afmetingen, maar ook in de schijnbare eenvoud van de vormen. Toch is elk doek anders.

Dave Meijer is een schilder in hart en nieren, die eindeloos zoekt naar het ultieme beeld, gedestilleerd uit de werkelijkheid. Hij schildert wat hij ziet, maar laat evengoed details weg. Het Zeeuwse landschap vormt vaak de basis van zijn werken. Zo stelde hij Nulpunt samen uit paneeltjes van 18 bij 25 centimeter.

Regelmatig neemt hij een schilderij opnieuw met zaag en kwast onder handen. Hij beschildert daarbij niet alleen de voorzijde, maar ook andere kanten van het paneel. Dave Meijer maakt al eerder het werk in de entree van het RKZ.

Beide kunstwerken zijn ons aangeboden door Marius Touwen.



OMAR GEOPEREERD AAN LITTEKENS: 'WORD ERMEE GEPEST'

De 12-jarige Omar uit Irak heeft littekens in zijn gezicht door brandwonden. Die kreeg hij toen er een Nederlandse bom ontplofte in zijn dorp.

Omar wordt veel gepest en uitgelachen met zijn littekens. Hij gaat daarom niet vaak naar buiten. Maar dat is allemaal hopelijk na vandaag, 4 juli, voorbij. Dan wordt hij namelijk geopereerd.

Scan de QR-code hiernaast om het item met Omar op het Jeugdjournaal terug te kijken. ▶



COLOFON

Vooru is een uitgave van het Rode Kruis Ziekenhuis in Beverwijk. De krant verschijnt vier maal per jaar. Hoewel de inhoud met zorg is geschreven, kunt u hieraan geen rechten ontleen.

REDACTIE EN FOTOGRAFIE

RKZ Communicatie, Merel Wissenburg

UITGEVERIJ

BC Uitgevers BV, Sneek, T (0515) 42 94 29
E advertenties@bcuitgevers.nl, ISSN 2667-2316

BLADMANAGER

Barbara Verschoor
T 06 455 766 70

VORMGEVING

Hannique de Jong

DRUK

Janssen/Pers Rotatiedruk, Gennepe

RODE KRUIS ZIEKENHUIS

Vondellaan 13, 1942 LE Beverwijk
T (0251) 26 55 55

'VERGEVING IS *niet zo eenvoudig*'

Onlangs was ik aanwezig bij een familie nadat de arts slecht nieuws had gebracht. De familie bestond uit een vrouw en haar vriend (beiden begin zeventig) en drie kinderen van de vrouw. De vrouw had te horen gekregen dat ze ongeneeslijke kanker had. De boodschap was enerzijds verwacht, maar de uitslag kwam toch hard aan.

Er werd gehuild en tussendoor voelde men ook vastberadenheid: we gaan er nog iets van maken in de tijd die ons rest. Op een bepaald moment nam het gesprek een andere wending. Mevrouw gaf aan dat ze zich schuldig voelde naar haar kinderen over dingen die waren gebeurd. Ze wilde vergeving vragen, maar wist niet goed hoe en of dat wel op zijn plaats was. Tijdens het familiegesprek zijn we niet ingegaan op de details van wat er precies was voorgevallen, maar we hebben wel nagedacht over hoe de familie het gesprek hierover verder zou kunnen voeren.

Dit familiegesprek deed me denken aan een werkgroep tijdens mijn studie, waarin we als studenten moesten nadenken over wat vergeving nu eigenlijk inhoudt. We lazen het boekje 'The Sunflower' van Simon Wiesenthal. Wiesenthal, die na de oorlog een belangrijke rol heeft gespeeld in het opsporen en berechten van nazi's, heeft ooit gezegd dat 'The Sunflower' zijn beste boekje was. Paradoxaal genoeg gaat dit boekje juist over vergeving. Hij beschrijft een waargebeurde episode uit zijn eigen leven in het concentratiekamp. Op een dag wordt hij uit een werkkamp gehaald en naar een jonge, stervende nazi in een ziekenhuiskamer gebracht. Daar vertelt de nazi welke verschrikkelijke dingen hij heeft gedaan met joodse families: hij heeft hen een brandend huis in gedreven en deze ouders en hun kinderen een vreselijke dood laten sterven. Nu lag hij zelf op sterven en vroeg hij aan een willekeurige jood vergeving voor zijn daden, anders kon hij niet sterven. Simon luisterde verbijsterd naar zijn verhaal en was sprakeloos. Hij heeft uren aan het bed gezeten, maar kon alleen maar zwijgen. Hij schrijft dat hij de oprechtheid hoorde in de vraag van de jongen, maar kreeg toch geen woord over zijn lippen en vluchtte uiteindelijk weg. De volgende dag hoorde hij dat de jongen was overleden. Hij eindigt het boekje met de vraag: wat zou u gedaan hebben als u deze vraag kreeg?

Mijn eerste reactie was: de jongen erkent zijn schuld en hoe mooi is het dan als je vergeving kunt schenken? In de weken die volgden veranderde mijn perspectief. Sommigen vonden het ongepast van de jongen om van een willekeurige, uitgemergelde en onderdrukte jood vergeving te vragen. Bovendien werd Simon gevraagd om vergeving te schenken voor iets dat niet hemzelf, maar anderen was aangedaan. Is dat wel gepast? Doe je dan niet iets wat je niet toekomt en wat alleen door de slachtoffers zelf of misschien door God gegeven kan worden? Mijn kijk op vergeving veranderde. Vergeving kan soms niet worden gegeven of gevraagd. Vergeving vragen kan manipulatief zijn omdat de verantwoordelijkheid bij het slachtoffer wordt gelegd: jij moet vergeven. Dit deed me beseffen dat vergeving niet zo eenvoudig is als het lijkt en soms tijd, inzicht en interactie tussen daders en slachtoffers vereist. Het besef dat we als mensen vaak zowel slachtoffer als dader zijn, kan helpen. Daarom bidt Jezus in het Onze Vader: 'Vergeef ons onze schulden, zoals ook wij onze schuldenaren vergeven'.

Na het familiegesprek gingen deze overwegingen door mijn hoofd. Ik heb me vaak afgevraagd hoe het verder is gegaan met deze familie. Hebben ze het uitgepraat? Is het gesprek verwaterd? Heeft het meer verbondenheid gebracht of juist verwijdering? Het was goed en mooi dat er in deze familie eerlijkheid leek te zijn over een kwetsbaar onderwerp, maar het is een kunst om echt naar elkaar te luisteren. Maar als dat wel gebeurt, kunnen er, soms juist met de dood in zicht, betekenisvolle ontmoetingen plaatsvinden.

“Vergeving kan soms niet worden gegeven of gevraagd. Vergeving vragen kan manipulatief zijn omdat de verantwoordelijkheid bij het slachtoffer wordt gelegd: jij moet vergeven.”

*Deze blog wordt gepubliceerd met expliciete toestemming van de patiënt, haar vriend en haar kinderen.

JEANINE GEIJTENBEEK, GEESTELIJK VERZORGER

PRIKAFSPRAAK MAKEN BIJ HET RKZ-LABORATORIUM NU NOG EENVOUDIGER



Vanaf 5 september 2023 wordt het maken van een afspraak eenvoudiger. U kunt dan namelijk gebruikmaken van uw RKZ- of Zorgdomein-ordernummer om een prikafspraak te maken. Het ordernummer kunt u vinden op de aanvraag voor laboratoriumonderzoek die u via e-mail en/of op papier van uw (huis)arts heeft ontvangen.

Door het ordernummer te gebruiken, hoeft u minder gegevens in te vullen op de website rkz.prikafspraak.nl. Bovendien hoeft u niet meer zelf te kiezen voor welke reden u bloed komt prikken. Het ordernummer selecteert automatisch de juiste prikpost, dag en tijd voor de bloedafname. Het kan echter voorkomen dat u niet terecht kunt bij de dichtstbijzijnde prikpost bij uw huis, omdat het aangevraagde onderzoek op die locatie niet wordt uitgevoerd. Ook kan het voorkomen dat er geen prik-

afspraken op vrijdagen worden aangeboden, aangezien bepaalde onderzoeken op die dag niet worden uitgevoerd. Door hiermee rekening te houden in het afsprakensysteem, voorkomen we dat u een afspraak maakt op de verkeerde dag, tijd of prikpost.

We hopen dat deze wijziging het maken van een prikafspraak bij ons ziekenhuis nog gemakkelijker maakt. Mocht u nog vragen hebben, neem dan gerust contact met ons op.

MEER INFORMATIE?

Voor meer informatie kunt u terecht op de website van het laboratorium van het RKZ: www.rkz.nl/bloedprikken.



“ ‘HET CONTACT MET DE PATIËNT IS ÉÉN VAN DE MOOISTE DINGEN UIT DIT VAK. ELKE PATIËNT VRAAGT EEN BEHANDELING OP MAAT, VOOR IEDERE PATIËNT ZOEK JE NAAR DE OPLOSSING DIE BIJ HEM OF HAAR PAST.’ ”



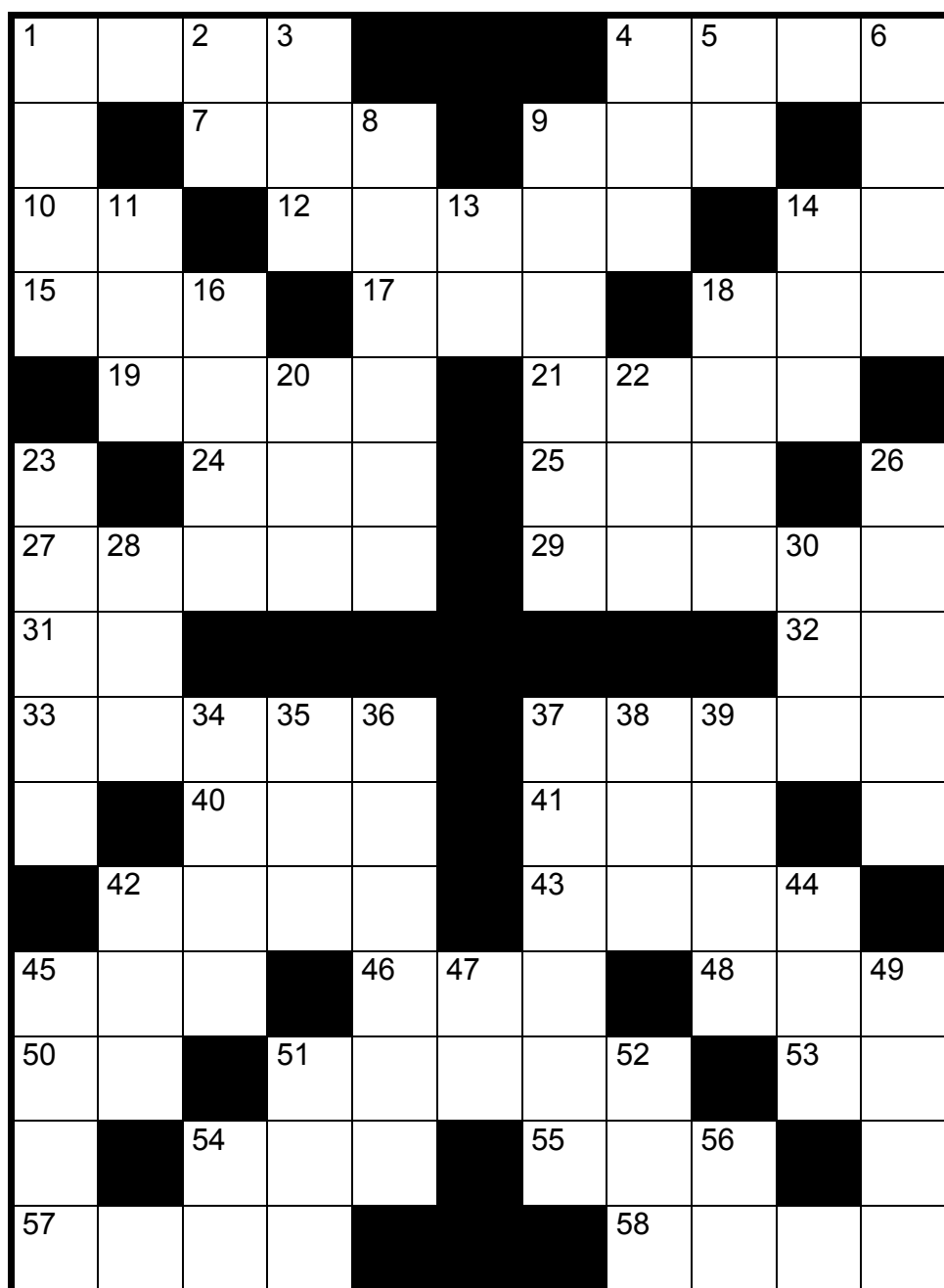
“ ‘HET RKZ IS EEN KLEINSCHALIG ZIEKENHUIS. DAT MAAKT HET ONDERLINGE CONTACT HEEL LAAGDREMPELIG.’ ”



Wil jij ook meebouwen aan de ontwikkeling van ons ziekenhuis en investeren in je professionele ontwikkeling? Solliciteer dan op één van onze vacatures via www.werkenbijhetrkz.nl.

#werkenbijhetRKZ

PUZZEL LEKKER MEE & WIN



HORIZONTAAL: 1 rustig 4 vrouwelijk dier 7 aanwijzend vnw. 9 Japanse gordel 10 namelijk 12 accuraat 14 de oudste 15 baardje 17 wilde haver 18 drinkgerei 19 overeenkomst 21 hetzelfde 24 ik 25 voordat 27 palmriet 29 manwijf 31 Romanum Imperium 32 als gast 33 vaarwel (Fr.) 37 forsgebouwd 40 doctorandus 41 berg op Kreta 42 echtgenoot 43 doopakte 45 Spaanse uitroep 46 bovenste dakrand 48 waterplant 50 laagfrequent 51 padvinder 53 inhoudsmaat 54 soort hert 55 kern 57 echter 58 voormalige Italiaanse munt

VERTICAAL: 1 mogelijkheid 2 Laus Deo 3 verkeerd 4 kloosteroverste 5 onmeetbaar getal 6 maatstaf 8 standaardmaat 9 gezichtspunt 11 deksel 13 dierengeluid 14 rekenopgave 16 loods 18 pit 20 Turks bevelhebber 22 riv. in Schotland 23 pl. in Frankrijk 26 wandelwagen 28 of iets dergelijks 30 streling 34 plan 35 hevig 36 gewoonte 37 platenspeler 38 loflied 39 oude munt 42 sprookjesfiguur 44 tongstreling 45 voorheen 47 onderofficier 49 ar 51 adviesorgaan 52 vogelverblijf 54 rondhout 56 ter inzage

37	42	27	15	45	10	8	24	50	51	39	25	16	28	31	56
----	----	----	----	----	----	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Weet u het?

Stuur uw oplossing (inclusief uw naam, adres en telefoonnummer of emailadres) vóór 30 november naar communicatie@rkz.nl en maak kans op een heerlijke taart naar keuze van patisserie Dick Leek in Beverwijk.

Bij meerdere goede inzendingen wordt er geloot.



SINDS 4 SEPTEMBER ZIJN DE MENU-KAARTEN ONLINE BESCHIKBAAR OP ONZE WEBSITE.

Duurzaam en Gezond ETEN EN DRINKEN IN HET RKZ!

Als pionier onder de Nederlandse ziekenhuizen zetten we ons in voor een voedingsaanbod dat niet alleen heerlijk is, maar ook goed is voor onze patiënten, medewerkers en bezoekers. Onze inzet volgt het kader van het 'Goede Zorg Proef Je'-initiatief, dat wordt geleid door de Alliantie Voeding in de Zorg. Ook zitten hierin duurzaamheidsdoelstellingen.

We hebben al aanzienlijke vooruitgang geboekt om ons doel te bereiken: Een drastische vermindering van geprinte menukaarten: van 600 naar slechts 90, wat neerkomt op een indrukwekkende papierbesparing van 85%.

Introductie van een digitale menukaart, gepubliceerd via onze website.

Eenvoudige toegang tot deze menukaarten via 'Eten & Drinken-tegel' op de patiënten-iPad, QR-code op bestekzakjes en het rkznet.

Onze keuken heeft inmiddels een indrukwekkend digitaal platform om efficiënt en effectief eten te bestellen voor onze patiënten: CS Nutrition.

Voor kinderen zijn er speciale placemats met niet alleen het menu, maar ook leuke afleiding in de vorm van een kleurplaat, doolhof en meer.

Meer achtergrondinformatie over onze inspanningen en de rol van 'Goede Zorg Proef Je' is te vinden op onze website op de pagina Eten en drinken.

Bloed prikken?

Prik eerst een datum!

Bloedafname en inleveren materiaal alleen op afspraak.



Maak zelf eenvoudig uw afspraak online op: rkz.prikafspraak.nl



ADVERTORIAL



Bel of mail om een vrijblijvende afspraak te maken

» **Oogwereld Van Els Hoorzorg**
Van Coevenhovenstraat 4
1961 NX Heemskerk
Tel: 0251 - 234 167
hoorzorg.vanels@oogwereld.nl

» **HoorCare Santpoort-Noord**
Hagelingerweg 45
2071 CA Santpoort-Noord
Tel: 023 - 539 52 80
santpoortnoord@hoorcare.nl

» **Oor en Hoor Heemskerk**
Van Coevenhovenstraat 21
1961 NW Heemskerk
Tel: 0251 - 254 501
heemskerk@oorenhoor.nl

“Twijfelt u soms ook over uw gehoor?”

Heeft u twijfels over uw gehoor? Wilt u een second opinion over uw huidige hoortoestel? Wij helpen u al drie generaties lang kiezen voor de hooroplossing die écht bij u past.

Langskomen voor een hoortoestel kan best een uitdaging zijn, een grote stap die een hoop met zich meebrengt. Wij begrijpen uw situatie goed en helpen u tijdens een vrijblijvende kennismaking graag door het hele proces.

De beste redenen om langs te komen bij één van onze winkels zijn écht tijd en aandacht nemen, ouderwetse service met de nieuwste techniek. De mogelijkheden anno 2023 zijn gigantisch om u te helpen; oplaadbare hoortoestellen, kleine onzichtbare hoortoestellen of een hoortoestel dat u kunt bedienen met uw smartphone, het kan allemaal.

Wacht niet te lang met bezoek, gemiddeld start iemand 7 jaar te laat met een hoortoestel.



Oogwereld Van Els Hoorzorg in Heemskerk

Oogwereld Van Els Hoorzorg zit gevestigd in het prachtige pand van Oogwereld van Els. StAr- en Triage audicien Richard Dekker is voor u van dinsdag tot en met vrijdag aanwezig om u te helpen met de optimale oplossing voor uw situatie.



HoorCare in Santpoort-Noord

HoorCare Santpoort-Noord zit gevestigd in het winkelpand aan de Hagelingerweg 45 in Santpoort-Noord (naast Koppes). Gastvrouw Mirella Steltenpohl voorziet u graag van een heerlijke kop koffie of thee en audicien Fred Huissen helpt u met de optimale hooroplossing voor uw situatie.



< Uw gehoor gemeten in geluidsichte meetruimte én meekijken met video-otoscoop.

< Uw oren zijn uniek, daarom maken wij uw hooroplossing op maat.

< U kunt bij ons in de winkel direct het verschil tussen hoortoestellen behuisteren.

“Ik wilde niet ‘de dikke vader op het schoolplein’ zijn”

Jordy woog amper een jaar geleden nog 174 kilo. Hij voelde zich goed, al ging het bewegen steeds moeilijker en nam hij altijd de scooter in plaats van de fiets, omdat hij fietsen zo ging transpireren. 'Toen mijn dochter geboren werd drie jaar geleden, kwam het besef dat het anders moest. Ik wilde kunnen spelen en voetballen, op schoolreis mee kunnen gaan, dat soort dingen. Een voorbeeld voor mijn dochter zijn.'

Jordy had al vele diëten geprobeerd, maar viel na een aantal weken altijd weer terug in zijn oude gedrag. 'Ik had iets nodig wat onomkeerbaar was.' Jordy kreeg een gastric bypass en viel in 9 maanden zo'n 65 kilo af.

Sinds het overgewicht eraf is laat Jordy de scooter staan. 'Ik werk in de buurt en fiets nu altijd naar m'n werk. Ook houd ik erg van hardlopen. Al deed ik dat ook toen ik nog zwaarder was. Nu er 65 kilo af is, merk ik dat het hardlopen prettiger is, alles gaat lichter. De Dam tot Dam loop liep ik afgelopen jaar 45 minuten sneller dan daarvoor. Ik voel me heerlijk. Ik word binnenkort voor de tweede keer vader en mijn oudste dochter gaat over een tijdje naar school. Het is gelukt om niet 'die dikke vader op het schoolplein' te zijn.'

Wilt u ook gewicht verliezen?

Bel onze kliniek in Beverwijk:
0251 - 74 52 50 of kijk voor een voorlichting op obesitaskliniek.nl



Gratis voorlichting
Kijk op onze website!

Scan de QR code



NEDERLANDSE
OBESITAS
KLINIEK

Rode Kruis Ziekenhuis

Medisch Specialistische Zorg