Gezondheidscentrum Heerde

ZORGTIPS & WEETJES GEZONDHEIDSCENTRUM HEERDE

UW EERSTE AANSPREEKPUNT BIJ GEZONDHEIDSVRAGEN EN -PROBLEMEN

ALS HET OM UW GEZONDHEID GAAT

Zorgtips & Weetjes is een publicatie van Gezondheidscentrum Heerde die eenmaal per maand in de Schaapkooi verschijnt. Voor de inwoners van Heerde, Hoorn, Veessen en Vorchten zijn de zorgprofessionals in het centrum het eerste aanspreekpunt als het gaat om gezondheidsvragen en gezondheidsproblemen. Cliënten kunnen rekenen op laagdrempelige en passende eerstelijnszorg van hoge kwaliteit, volgens de laatste inzichten en richtlijnen.

WWW.GEZONDHEIDSCENTRUMHEERDE.NL

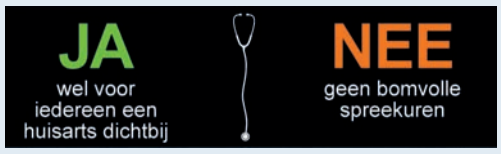
Check voor het laatste nieuws regelmatig onze website **www.gezondheidscentrumheerde.nl** of volg ons op Facebook en Instagram (zoek op @GCHeerde). Op onze website vindt u onder andere een overzicht van de zorgaanbieders die in het gezondheidscentrum gehuisvest zijn, hun bezoektijden en contactgegevens, onze laatste nieuwsberichten en waar u terecht kunt bij spoedgevallen als de apotheek en de huisartsenpraktijk gesloten zijn.

Huisartsen Heerde
(0578) 69 81 80
info@huisartsenheerde.nl
www.huisartsenheerde.nl

"HELP DE HUISDOKTER VERZUIPT" !

Vrijdag 1 juli 2022 is er een landelijk actiedag in de huisartsenzorg om politieke aandacht te krijgen voor de overweldigende druk in de huisartsenzorg. De actiedag is de afsluiting van een actieweek, waarin de huisartsen hun zorgen met de politiek en u willen delen.

Het loopt op veel fronten vast in de zorg en de huisarts kan steeds vaker de patiënt niet of onvoldoende verder helpen. Lange wachtlijsten voor verwijzing naar de specialist, lange wachttijden in de GGZ-zorg, weinig opnamemogelijkheden voor kwetsbare ouderen zijn een paar voorbeelden. Daarnaast zijn er nog steeds veel oneigenlijke administratieve lasten, zien we toenemende problemen met praktijkopvolging waardoor er steeds meer mensen geen huisarts hebben en staan de huisartsenposten door de sterk toegenomen zorgvraag.



Wij willen zorg kunnen blijven geven dichtbij de mensen, de vertrouwde persoon blijven die u kent met voldoende tijd en aandacht. De huisartsen in Heerde zijn solidair aan deze actiedag en zullen, zoals veel andere huisartspraktijken, deze dag gesloten zijn. 's Middags is er een manifestatie op het Malieveld in Den Haag. Dit betekent dat vrijdag 1 juli 2022 de huisartspraktijken in Heerde gesloten zijn en alleen voor **spoedzorg** de huisartsenpost in Zwolle dienst doet **(0900 – 333 6 333)**.

Service Apotheek Heerde
(0578) 69 27 90
info@apotheekheerde.nl
www.apotheekheerde.nl

REIZEN MET MEDICIJNEN

Gaat u op reis en gebruikt u medicijnen? Controleer uw medicijnvoorraad ruim voor vertrek en bestel tijdig nieuwe. Vraag ons ook om een overzicht van uw medicijnen en neem dit zogeheten medicijnpaspoort mee op reis. Als u onverwachts naar een dokter of apotheker moet, kan deze hierop zien welke geneesmiddelen u gebruikt en waar u allergisch voor bent (als dat bij ons bekend is). Neem ook voldoende medicijnen mee. Voor de vakantieperiode én voor een aantal dagen erna. Uw terugreis kan immers vertraagd of uitgesteld worden.

Gaat u naar het buitenland?

Gebruikt u medicijnen die onder de Opiumwet vallen zoals slaap- en kalmeringsmiddelen, sterke pijnstillers en medicijnen tegen ADHD? Dan heeft u voor uw reis naar het buitenland een medicijnverklaring nodig waarin staat dat u toestemming heeft om deze middelen in uw bezit te hebben. Welke verklaring u nodig heeft, is afhankelijk van het medicijn dat u gebruikt, het land waar u naar toe gaat en hoe lang u reist. In bepaalde gevallen heeft u meer dan één verklaring nodig. Let hier goed op! Wilt u weten welke verklaring(en) u nodig heeft? Kijk tijdig op www.hetcak.nl en ga naar de Medicijnen mee op reis-hulp. Vul maximaal drie vragen in en u weet wat u moet doen. Als u niet zeker weet of uw medicijnen onder de Opiumwet vallen dan controleren wij dat graag voor u.

Kijk voor meer vakantietips op **www.apotheek.nl/themas/medicijnen-op-reis.**
Wij wensen u een fijne en gezonde vakantie!

© Can Stock Photo / zoyalipets

Fysiotherapeutisch Centrum Heerde
SPECIALISTEN IN BEWEGEN
(0578) 69 63 63
info@fysioheerde.nl
www.fysioheerde.nl

ZOMERPERIODE

Onze praktijk is geopend van maandag t/m donderdag van 8.00-20.00 uur en vrijdag van 8.00-17.00 uur. Ook tijdens de zomervakantie hanteren wij dezelfde tijden.

Inloopspreekuur

Iedere maandag van 18.00-19.00 uur is er een gratis inloopspreekuur. Blijf niet te lang doorlopen met uw klachten, wij helpen u graag!

Sociale media

Het laatste nieuws van Fysio Heerde kunt u volgen via Instagram (@fysio.heerde), Facebook (@fysioheerde), YouTube (Fysio Heerde) en natuurlijk via onze website **www.fysioheerde.nl**.
Onze website biedt onder meer - ook vanaf uw vakantieadres - de volgende mogelijkheden:

• Online Fysiocheck **Hierhebikpijn.nl**
Onder het kopje "aandoeningen" op onze website kunt u gratis uw klachten laten controleren door middel van een interactieve fysiotherapie check. Door de vragen in de fysiotherapie check te beantwoorden en de tests uit te voeren, worden uw klachten vergeleken met de meest voorkomende fysiotherapeutische aandoeningen.

• Online spreekuur
Iedere maandag en donderdag van 10.00-11.00 uur is er een online spreekuur via de chat op **www.fysioheerde.nl.** Heeft u al langer klachten en weet u niet wat te doen? Doe eerst de online fysiocheck* en maak gebruik van één van de online spreekuren. Onze therapeut kan u op afstand gratis en vrijblijvend van advies voorzien.

Ons gehele team wenst u alvast een hele fijne zomer(vakantie) en blijf in beweging!