

ZORGTIPS & WEETJES GEZONDHEIDSCENTRUM HEERDE

UW EERSTE AANSPEEKPUNT
BIJ GEZONDHEIDSVRAGEN EN -PROBLEMEN

ALS HET OM UW GEZONDHEID GAAT

Zorgtips & Weetjes is een publicatie van Gezondheidscentrum Heerde die eenmaal per maand in de Schaapskooi 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.

WIJ ZIJN OP TWEDE PAASDAG GESLOTEN

Het gezondheidscentrum is op maandag 10 april gesloten. Voor spoedgevallen kunt u deze dag terecht bij Huisartsenpost Zwolle en de Spoed Apotheek. De huisartsenpost is gevestigd aan de Dokter van Heesweg 2 in Zwolle, bij het Isala ziekenhuis. Bel voor een bezoek altijd eerst naar telefoonnummer 0900 333 63 33. De Spoed Apotheek is ook gevestigd aan de Dokter van Heesweg 2 in Zwolle, maar dan in het Isala. Zij zijn te bereiken op telefoonnummer 088 624 54 74.



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



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



(0578) 69 63 63
info@fysioheerde.nl
www.fysioheerde.nl

WONDPOLI SPREEKUR

Al een aantal jaren is Huisartsen Heerde gestart met een aparte wondpoli. Evelien Harink (een bekend gezicht in de huisartsenpraktijk als het gaat om de wondzorg) werkt vanuit de Isala Zwolle als verpleegkundig specialist op de vrijdagochtend in de praktijk. Ze wordt ondersteund door onze drie doktersassistenten: Hanneke, Jeanine en Dineke.

De wondpoli is bedoeld voor patiënten die een wond hebben opgedaan en die niet wil genezen, maar ook bijvoorbeeld brandwonden, snijwonden of OK wonden. De wondpoli zorgt ervoor dat de genezing van de wonden voorspoedig gaat en evt. complicaties worden voorkomen, daarbij kunnen we snel overschakelen naar het Wond Expertise Centrum in het Isala. Hierdoor wordt de kwaliteit van de zorg verbeterd en minder onnodige doorverwijzingen gedaan naar het ziekenhuis.



Hoe komt u terecht bij de wondpoli?

Wanneer u contact legt met de assistente van uw huisarts schat zij in of het nodig is om op de wondpoli te komen. Op de dinsdagochtend is er een extra **wondspreekuur** die wordt uitgevoerd door de hiervoor opgeleide doktersassistentes. Zij kunnen ook alvast starten met een behandelplan.

Hoe gaat het verder?

Wanneer u als patiënt in beeld bent van de wondpoli wordt u hierin gezien tot dat de wond gesloten is. Ook wordt er vanuit de wondpoli gezorgd dat de juiste wondmaterialen besteld worden zodat u ook thuis zo nodig de wond kunt verzorgen. De overige assistentes krijgen ook regelmatig een nascholing op gebied van wondverzorging voor de meest voorkomende niet complexe wonden. Voor meer informatie neem contact op met de praktijk.

TIJD VOOR EEN MEDICIJN-APK

Slikt u al lang dezelfde medicijnen? Dan nodigen we u graag uit voor een medicatiegesprek met één van onze apothekers. Tijdens deze medicijncheck nemen we uw medicatie door en krijgt u tips en advies. Ook kijken we of uw medicijnen nog bij u passen.

Het is lang niet altijd nodig dat u medicijnen die in het verleden zijn voorgeschreven, blijft gebruiken. Bij het ouder worden nemen de functies van onze organen langzaam maar zeker af, zoals de werking van de lever en de nieren. Dit heeft tot gevolg dat de manier waarop ons lichaam op medicijnen reageert, verandert. Het maar doorslikken van medicijnen die niet meer nodig zijn, of in een onjuiste dosering, kan dan onder meer leiden tot nierfalen en problemen met de lever.

Door geneesmiddelenonderzoek en -ontwikkeling komen er regelmatig nieuwe medicijnen beschikbaar, met minder bijwerkingen en een (ver)beterde werking. Vooral voor mensen die dagelijks verschillende en of meerdere medicijnen slikken, kan dit betekenen dat ze toekunnen met minder medicijnen. Ook dat bekijken we tijdens het medicatiegesprek. Eventuele wijzigingen in uw medicijngebruik gaan overigens altijd in overleg met u en uw huisarts.

Vrijwel alle zorgverzekeraars vergoeden het medicatiegesprek volledig en het gaat niet ten koste van het verplichte eigen risico. Om er zeker van te zijn dat dat ook voor u geldt, kijken wij dat voor u na als u een afspraak maakt voor een medicatiegesprek. Neem ook gerust iemand mee naar het medicatiegesprek die met u meeluistert.

Een afspraak maken voor een medicatiegesprek?

Bel op werkdagen tussen 9.00 en 17.00 uur naar telefoonnummer **0578 69 27 90** of stuur een e-mail naar info@apotheekheerde.nl.

HIERHEBIKPIJN.NL

De online fysiotherapie check

Op www.hierhebiikpijn.nl kunt u 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. De check geeft een indicatie van de aandoening (en) waar u mogelijk mee te maken heeft. Iedere aandoening is uitgebreid beschreven op basis van recente wetenschappelijke literatuur. De fysiotherapie check wordt regelmatig aangevuld met aandoeningen en nieuwe inzichten binnen de fysiotherapie.



Doe de check

Geef aan waar u pijn of beperkingen heeft; beantwoord een aantal vragen. De check duurt slechts vijf à tien minuten. De uitslag geeft een voorlopige indicatie omtrent uw klachten. U kunt de online check ook uitvoeren via onze website: www.fysioheerde.nl/aandoeningen

Hierhebiikpijn.nl is geen vervanging voor een bezoek aan de huisarts en/of fysiotherapeut. Neem altijd eerst contact op met uw specialist voordat u conclusies trekt uit de informatie op Hierhebiikpijn.nl.

Gratis inloopspreekuur

Iedere maandag van 18.00-19.00 uur houden wij een gratis inloopspreekuur. U kunt uw lichamelijke klacht voorleggen aan één van onze fysiotherapeuten en ontvangt vrijblijvend advies. Wij helpen u graag!