

Nieuwsbrief MCL

Medisch Centrum Loudon & Medisch Centrum Landscheiding



Nieuws van de redactie

Allereerst wensen wij iedereen een heel gezond en goed 2017 toe!

We kunnen terugblikken naar 2016 als een mooi jaar. MC Loudon bestond 10 jaar. Dit heugelijke feit hebben wij met al het personeel groots gevierd. Er zijn 4 (personeels) baby's geboren en het was het jaar waarin wij MC Landscheiding geopend hebben. Het was ook een roerig jaar, met veel assistente wisselingen.

Wij hopen dat 2017 een nog mooier jaar wordt.

Dit is de tweede nieuwsbrief van onze huisartsenpraktijk.

We hebben besloten om van deze tweede nieuwsbrief een gezamenlijke nieuwsbrief van MC Loudon en MC Landscheiding te maken.

In het kader van de samenwerking hebben we dit jaar er bewust voor gekozen de griepvaccinaties ook in MC Landscheiding aan te bieden. Dit bleek een groot succes! Het was gezellig druk, onder het genot van een kopje koffie of thee met wat lekkers. Dit werd ons aangeboden door Cardia Landscheiding. Waarvoor onze dank.

Belangrijke data eerste kwartaal 2017:

1 januari 2017 : praktijk gesloten

De volgende nieuwsbrief verschijnt april 2017.

Namens de redactie wensen wij u veel leesplezier.

1^e kwartaal 2017



Wist u dat.....

- De assistentes een cursus voor wondverzorging gaan volgen
- Er in MC Landscheiding een slaapapneuservice aanwezig is
- Er twee nieuwe assistentes zijn om het team te versterken
- Wij op zoek zijn naar nog een praktijkondersteuner
- MC Loudon een grondige opfrisbeurt heeft gekregen
- Wij nog meer donateurs en vrijwilligers zoeken voor onze stichting, lees verderop meer
- wij constant bezig zijn om onze kwaliteiten te verbeteren d.m.v. nascholingen en verbeterde/nieuwe apparatuur
- De griepvaccinaties weer achter de rug zijn en wij hopen op een griepvrij 2017
- Wij ook voor MC Landscheiding een nieuw informatiefilmje voor op de website hebben gemaakt, deze verschijnt binnenkort op www.mclandscheiding.nl
- Dokter Siccama miv 01-01-17 de praktijk van Beeftink/van Aken /Dirkzwager op donderdag komt versterken



Nieuwsbrief MCL

Medisch Centrum Loudon & Medisch Centrum Landscheiding

Nieuws uit het seizoen: Griep

Wat is griep?

Griep begint met hoge koorts, koude rillingen, keelpijn, hoofdpijn en spierpijn in het hele lichaam. Neem genoeg rust en drink veel (water) bij hoge koorts.

Griep komt door het griepvirus. Een andere naam voor griep is influenza.

Griep is een besmettelijke ziekte die zich snel verspreidt. Elke winter krijgt gemiddeld 1 op de 10 mensen griep. Als veel mensen tegelijk griep hebben, noemen we dat een griepepidemie. U kunt elk jaar opnieuw griep krijgen.

Echte griep wordt vaak verward met een 'gewone' verkoudheid.

Voor de meeste mensen is griep een vervelende ziekte die vanzelf overgaat.

Sommige mensen kunnen ernstig ziek worden door de griep. Zij zitten in een risicogroep.

Als u in een risicogroep zit, kunt u de griep krijgen. Bijvoorbeeld als u een langdurige ziekte heeft van uw hart of longen.

Haal dan elk jaar de grieprik tussen half oktober en half november bij uw huisarts.

Besmetting met het griepvirus voorkomen:

Raak zo min mogelijk uw neus en mond aan.

Bedek uw neus en mond als u moet hoesten of niezen.

Gebruik bij voorkeur papieren zakdoekjes en gooi deze weg na één keer gebruik.

Was regelmatig uw handen met water en zeep.

Bron: Thisarts.nl



Bloedafname

In Loudon: Iedere werkdag van 8.00 – 10.30 uur.

In Landscheiding: dinsdag van 9.00 – 10.30 uur.

Voor bloedafname heeft u altijd een aanvraagformulier nodig van de (huis)arts en een legitimatiebewijs.

Zonder legitimatiebewijs kan er géén bloedafname plaatsvinden!

Voor sommige onderzoeken dient u nuchter te zijn. Dit wil zeggen dat u 8 uur voorafgaand aan het onderzoek niet meer mag eten en drinken behalve water. Medicijnen kunt u gewoon innemen.

Nieuwsbrief MCL

Medisch Centrum Loudon & Medisch Centrum Landscheiding

Een medisch onderwerp

TIA

Een TIA is een voorbijgaande beroerte. Er ontstaan tijdelijke uitvalsverschijnselen doordat een bloedvat in de hersenen korte tijd verstopt is. Onderneem direct actie bij een TIA, want het kan een voorbode zijn van een herseninfarct met blijvende schade.

Een TIA (Transient Ischemic Attack) is een tijdelijke afsluiting van een bloedvat in de hersenen. De bloedprop lost weer op. Daardoor duren ook de klachten vaak niet langer dan een half uur, soms wat langer.

Vorbode herseninfarct

Bij een TIA zijn er geen blijvende gevolgen. Maar een TIA kan wel een voorbode zijn voor een herseninfarct, waarbij er blijvende hersenschade kan optreden. Neem een TIA daarom altijd serieus!

Herken de signalen

Een scheve mond, verwarde spraak en een lamme arm zijn de drie belangrijkste signalen van een TIA, een voorbijgaande beroerte. Bij verreweg de meeste mensen komt één of meerdere van deze verschijnselen voor.



Zorg dat u de signalen herkent en bel direct 112. Ook bij een TIA!

Bron: hartstichting.nl



Klacht over huisartsenzorg

Wij stellen het op prijs wanneer u, indien u ontevreden bent over ons, dit eerst met ons bespreekt. Wanneer wij op de hoogte zijn van uw onvrede kunnen wij proberen dit voor u op te lossen.

Vindt u dit lastig of komt u er met ons niet uit, dan kunt u uw klacht bespreken met een onafhankelijke en onpartijdige klachtenfunctionaris. De klachtenfunctionaris zoekt samen met u naar een oplossing van uw klacht of probleem. U kunt deze klachtenfunctionaris bereiken op telefoonnummer 088 0229191.

Met ingang van 1 januari 2017 is de praktijk aangesloten bij het SKGE (Stichting Klachten & Geschillen Eerstelijnszorg). Meer informatie vindt u in de folder in de wachtkamer en op www.skge.nl.

Nieuwsbrief MCL

Medisch Centrum Loudon & Medisch Centrum Landscheiding

Stichting “Vrienden van MCL”

In de vorige nieuwsbrief vertelde ik u al over de oprichting van de stichting “Vrienden van MCL”. Langzaam aan komen er donaties binnen en kunnen we gaan werken aan een eerste bijeenkomst. Dit zal in het eerste kwartaal van 2017 plaats vinden.

Hoe en wat? Daarover zijn we nog in beraad. Gezelligheid staat voorop, een hapje, drankje, muziek, maar ook wat medische informatie is van belang.

Wanneer er meer bekend is zal dit op de websites worden geplaatst.

De inzet van vrijwilligers is ook van essentieel belang, evenals de aanwezigheid van financiële middelen. De stichting krijgt geen subsidie en is afhankelijk van donaties. De stichting is een ANBI, dat betekent dat een donatie fiscaal aftrekbaar is voor u! U ontvangt een kwitantie.

Wilt u meer weten over de stichting, neemt u dan contact op met Daniëlle Kruger via email: vriendenvanmcl@gmail.com of via het telefoonnummer van uw praktijk.

Doet u mee?

Het rekeningnummer van de stichting is:
NL 44 ABNA 0405284780 t.n.v. vrienden van mcl.

Volg ons via de website van ons medisch centrum en facebook.

Met vriendelijke groet,

Daniëlle Kruger, mede namens alle huisartsen en medewerkers van MC Loudon en MC Landscheiding

Even voorstellen

Daniëlle Kruger,
praktijkondersteuner
ouderenzorg



Ruim 20 jaar ben ik werkzaam in de gezondheidszorg. Sinds mei 2013 ben ik werkzaam bij MC Loudon, eerst als doktersassistente en nu als praktijkondersteuner ouderenzorg. Omdat we op MC Loudon uit ons jasje groeide zit in op de andere locatie, Medisch Centrum Landscheiding.

Als POH ouderenzorg heb ik een coördinerende, motiverende, adviserende, ondersteunende en begeleidende rol. Ik bezoek de ouderen thuis en blijf ze evalueren. Een belangrijk deel van mijn werk bestaat ook uit het onderhouden van contacten met kinderen en mantelzorgers van onze ouderen en daarnaast ook met alle zorg- en welzijnsinstanties. Eenzaamheid en kwetsbaarheid komt helaas veel voor. Hiervoor heb ik met medecollega's de stichting Vrienden van MCL opgericht met als doel o.a. deze doelgroep te betrekken bij leuke activiteiten om de dagelijkse sleur te doorbreken om terug te kunnen kijken op een prettige dag.

"Ik wil de ouderen prettig en veilig oud zien worden"

Wilt u meer weten over de ouderenzorg of de stichting, dan kunt u mij mailen op dkruger@mcloudon.nl of bel naar de huisartsenpraktijk.