

SKB magazine

Neem
gratis
mee

Mieke kreeg
nieuwe
kruisbanden

Kennismaken
met de
logopedisten

Het SKB
bestaat 40 jaar




Uw eigen wensen, gewoonten en omgeving: ze geven uw leven kleur, brengen geluk. Juist als gezondheid minder vanzelfsprekend wordt. Uw geluk, dat motiveert ons: in zorg thuis, onze huizen en revalidatie. Samen met u zoeken hoe het kan: **leven zoals u wilt.**

sensire
sensire.nl leven zoals u wilt

KRABBEN

orthopedische schoentechniek

Krabben orthopedische schoentechniek heeft zich gespecialiseerd in het oplossen van voetproblemen. Dit gebeurt op basis van orthopedische en medische kennis in combinatie met vakmanschap en moderne technieken.

Naast het verstrekken van voet- en schoenadvies leveren we onder andere:

- Steunzolen en Sport inlay's
- Aanpassingen en voorzieningen aan confectie schoeisel
- (Semi) Orthopedisch maatschoeisel
- Verband schoeisel
- Gecertificeerd veiligheidsschoeisel

U kunt voor een afspraak terecht bij:
Walter Krabben of Anne Marie Griffioen
Telefoon: 0544 377308

Kerkstraat 20, 7135 JL Harreveld
0544 377308 - info@krabbenost.nl - www.krabbenost.nl

Zo lang mogelijk thuis blijven wonen?

Dat kan! Thuiszorg van Livio helpt u hier graag bij.

Onze thuiszorgmedewerkers in Eibergen en Neede bekijken graag wat u nodig heeft. Zo doet u nog steeds zoveel mogelijk **zelf**, maar nooit **alleen**.

Thuiszorg aanvragen?
Bel 0900-9200 of

kijk op livio.nl/thuiszorg



Zelf  Zorg

Livio 



Voorwoord

Beste lezer,

Alweer de eerste editie van 2024 van het SKB Magazine en ook mijn eerste voorwoord. In januari ben ik warm verwelkomd door alle SKB-ers. Het is een gemoedelijk en fijn ziekenhuis.

Dat voelt u terug in dit SKB Magazine, waarin we weer een aantal mooie verhalen van collega's en patiënten voor u hebben verzameld. Zoals dat van Ingrid. Zij heeft een zeer ernstige vorm van astma en heeft dankzij nieuwe medicijnen weer meer lucht. Ze vertelt over haar behandeling en hoe het nu met haar gaat.

Verder stellen onze logopedisten zich aan u voor, vertelt fysiotherapeut Joy Somhorst over de samenwerking met Manometric en kunt u een kijkje nemen op onze buitenpolikliniek in Eibergen in het beeldverhaal. En als kers op de taart vieren we dit jaar onze 40e verjaardag. Daar willen we u ook voor bedanken.

Veel leesplezier!



Edwin Maalderink
Bestuurder
Streekziekenhuis
Koningin Beatrix



In dit magazine

- 04** Ed kreeg prostaatkanker
- 07** Verhalen van vrijwilligers
- 08** Innovatie en techniek - Een perfect passende brace
- 10** Rudi over de betrokkenheid vanuit het SKB tijdens het ziekbed van zijn vrouw
- 12** Kennismaken met - De logopedisten
- 14** Ingrid heeft een ernstige vorm van astma
- 19** Column Evelien
- 20** Beeldverhaal - De buitenpolikliniek Eibergen
- 22** Mieke kreeg twee nieuwe kruisbanden
- 25** Bedankt voor 40 jaar SKB!

Colofon

SKB Magazine is het magazine voor patiënten en relaties van het Streekziekenhuis Koningin Beatrix en wordt vier keer per jaar uitgegeven.

Redactie en teksten

Afdeling Marketing en Communicatie
Evelien Hengeveld
Frieda Zielemann

Fotografie

Afdeling Marketing en Communicatie
Jurgen Pillen
Fotografie

Uitgever

BC Uitgevers BV

Vormgeving

Nanno van Leeuwen

Bladmanager & advertentieverkoop

Digna Ketelaar
T 06 44 20 99 10

Contact

Streekziekenhuis Koningin Beatrix
Afdeling Marketing & Communicatie
Postbus 9005, 7100 GG Winterswijk

T 0543 54 43 10
E communicatie@skbwinterswijk.nl

www.skbwinterswijk.nl

Volg ons op Facebook, LinkedIn en Instagram voor het laatste nieuws en ontwikkelingen.

-  @SKBWinterswijk
-  Streekziekenhuis Koningin Beatrix
-  skb_winterswijk



Ed kreeg prostaatkanker

‘Het voelde als een ondraaglijke elektrische schok van 380 volt’

Ed Nawijn uit Aalten kreeg in 2022 de diagnose prostaatkanker. Hij zette zich al langere tijd in voor Movember. Dit is een jaarlijks evenement om aandacht te vragen voor prostaatkanker, teelbalkanker en de gezondheid van mannen in het algemeen. Onverwachts kreeg Ed zelf ook prostaatkanker: "Ik had nooit gedacht dat het mezelf kon overkomen." Hij vertelt over de impact van prostaatkanker op zijn leven en de manier waarop hij met de ziekte heeft leren omgaan.



Humor houdt me op de been tijdens deze uitdagende en toch ook onzekere reis

Movember

"Ruim tien jaar geleden besloten we met een paar buurmannen om de zanggroep 'Dutterwattoo' te beginnen. Eén van deze buurmannen kreeg prostaatkanker. Dat was het moment waarop we besloten ons samen in te zetten voor Movember", vertelt Ed. November staat altijd in het teken van Movember. Mannen laten deze maand hun snor staan om aandacht te vragen voor prostaatkanker, teelbalkanker en de algemene gezondheid van mannen.

"We organiseerden met onze groep 'Dutterwattoo' verschillende activiteiten zoals fiets- en wandeltochten, we zongen liedjes en schreven een snorrenboekje vol gedichten. Ons doel is om deze belangrijke onderwerpen bespreekbaar te maken en geld in te zamelen voor Movember", vertelt Ed.

Ondraaglijke pijn

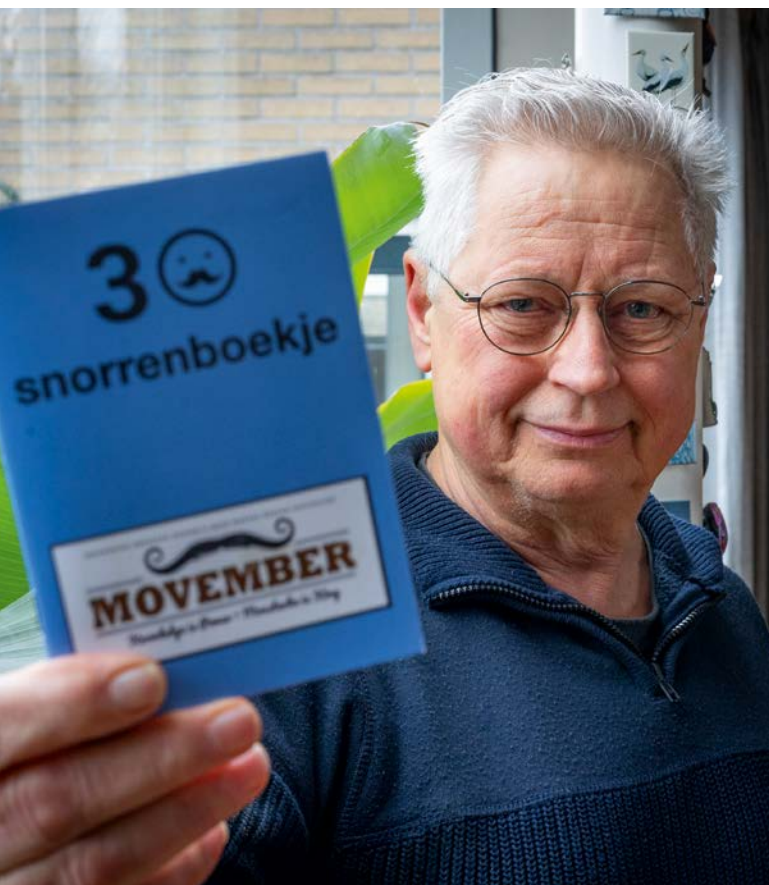
"Tijdens onze inspanningen voor Movember, werd ik zelf plotseling geconfronteerd met prostaatkanker. In 2022, tijdens het klussen, voelde ik pijn aan de binnenkant van mijn dijbeen. Eerst dacht ik aan overbelasting, maar zelfs na behandelingen bij de fysiotherapeut en huisarts werd de pijn erger. Foto's en echo's konden de pijn niet verklaren en de voorgeschreven pijnmedicatie gaf geen verlichting meer. Elke aanraking van mijn voet voelde aan als een elektrische schok van 380 volt. Ondraaglijk! Door deze extreme pijn ging Ed terug naar de huisarts. "Ik kon het niet meer aan en had zwaardere pijnmedicatie nodig. Mijn huisarts stuurde me direct door voor bloedonderzoek." Uit het bloedonderzoek bleek dat de PSA-waarde van Ed torenhoog was. Deze waarde kan stijgen door een vergrote prostaat,

> Lees verder op pagina 06.



”

**Ik had nooit
gedacht dat
het mijzelf kon
overkomen**



> Vervolg van pagina 04.

een ontstoken prostaat of door prostaatkanker. "Een schokkende ontdekking", zegt Ed.

Tien bipten verder

Hij kwam terecht bij Boy Rozenberg, een van de urologen van het SKB. "Na tien bipten was de diagnose prostaatkanker duidelijk. Gelukkig was er een lichtpuntje: de kanker bleef beperkt tot de buitenkant van de prostaat. Daardoor heb ik bijvoorbeeld geen last van plasproblemen. Ik begon meteen met hormoontherapie. Ik belandde in een achtbaan van allerlei onderzoeken: PET-, CT- en MRI-scans. De onderzoeken toonden uitzaaiingen in mijn linkerbeen, rug en nek. Daarom werd ik heel snel doorverwezen naar het Medisch Spectrum Twente in Enschede. Daar kreeg ik direct bestralingen in mijn been en nek. De eerste dagen waren heftig, maar na veertien dagen verdween de pijn. Gelukkig bleek de uitzaaiing in mijn rug minder gevaarlijk te zijn. Mijn nek en been werden met succes bestraald. Ook had ik een zwakke plek door de bestralingen in mijn dijbeen. Om te voorkomen dat ik het bij een valpartij zou breken, hebben ze ter versteviging een pin in mijn been gezet. Dit speelde zich allemaal binnen één maand af. De begeleiding daarbij was buitengewoon goed."

Leven met kanker

Kanker hakte er niet alleen lichamelijk in bij Ed, maar ook mentaal. "Ik had slapeloze nachten, maar ik vond

”

Kanker is een drama, maar ik weiger om er een overdreven tragedie van te maken

rust door ontspanningsoefeningen. Mijn dochter inspireerde mij door haar yoga oefeningen. Kanker is een drama, maar ik weiger om er een overdreven tragedie van te maken. Dat zit gewoon niet in mijn aard. Het helpt dat ik fysiek nog veel kan doen, hoewel de vermoeidheid wel sneller toeslaat. Dit is misschien ook vanwege mijn leeftijd. Ik krijg veel steun en begrip van familie, vrienden en mensen om mij heen. Ook vind ik gelukkig veel afleiding in dagelijkse activiteiten: klusjes bij mijn zoon, werken in de moestuin, muziek maken en cultuur snuiven. Het zijn deze kleine dingen die het leven waardevol maken. Daarnaast blijft humor belangrijk. Dat houdt me op de been tijdens deze uitdagende en toch ook onzekere reis. Verder denk ik niet te ver vooruit: stap voor stap!" Ed is nu onder behandeling van internist Marleen Duizer. Hij krijgt hormoontherapie en dat slaat goed aan. "Na anderhalf jaar kan ik dankzij mijn hormoonkuur, fysiotherapie en fijne gezinssituatie het meeste weer pijnvrij doen. Ik kon niet meer wandelen maar wandel inmiddels weer ruim 6 kilometer", sluit Ed af.

Prostaatkanker

Prostaatkanker is de meest voorkomende vorm van kanker die ontstaat in de prostaatklier bij mannen. Prostaatkanker geeft in het begin vaak geen duidelijke klachten. De meeste mannen merken daardoor niet dat ze prostaatkanker hebben. Bij prostaatkanker zijn verschillende behandelingen mogelijk. De arts bekijkt en bespreekt wat de beste behandeling is.

Bron: kanker.nl

Verhalen van vrijwilligers

Elke dag staan ze klaar voor onze patiënten, hun naasten en bezoekers: de vrijwilligers. Je komt ze tegen op ons parkeerterrein, de gastenservice bij de hoofdingang, de huiskamer op de verpleegafdeling en op de Dagbehandeling Interne Geneeskunde (DIG). Iedere vrijwilliger heeft wel een bijzonder moment meegemaakt. Een moment dat zij niet zomaar vergeten.

Celine Frenken is sinds 2021 vrijwilliger op de Dagbehandeling Interne Geneeskunde. "De inzet van vrijwilligers op de DIG was toen nieuw, ik was de eerste", vertelt ze. Samen met de verpleegkundigen op de afdeling heeft ze de functie van vrijwilliger vorm gegeven en inmiddels is het team flink gegroeid. "We zijn nu al met twaalf vrijwilligers."

Vooraf een luisterend oor

Als vrijwilliger zorgt Celine ervoor dat patiënten op de DIG zich zo comfortabel mogelijk voelen. "In de eerste plaats zijn we er voor de patiënten. We heten ze welkom, maken een praatje, maar bieden vooral een luisterend oor. Ik vind het mooi om te zien dat mensen hun persoonlijke verhaal met mij willen delen. Dat hoeft niet hoor, want niet iedereen heeft daar behoefte aan. Ik kan dat wel goed aanvoelen. Het is ook belangrijk om te luisteren en niet altijd zelf het gesprek te voeren." Maar Celine doet nog meer: ze zorgt voor koffie en thee en serveert de maaltijden. "We proberen de verpleegkundigen te ontlasten door eenvoudige taken over te nemen, zodat zij zich met de zorg bezig kunnen houden. We halen bijvoorbeeld medicijnen op bij de apotheek en verschonen de bedden."

Een lach en een traan

Op de DIG worden vooral patiënten met een vorm van kanker behandeld, bijvoorbeeld met een chemokuur. "Daarom dacht ik vooraf dat er op de DIG een verdrietige sfeer zou hangen, maar dat is helemaal niet zo. Natuurlijk zijn er ook verdrietige momenten, maar er is ook ruimte voor gezelligheid en een grapje. Sommige patiënten vinden het juist fijn om het wat luchtiger te houden. Binnen het team hebben we ook veel lol samen en ik voel mij als vrijwilliger echt gewaardeerd. Ik ben onderdeel van het team, ik hoor erbij."

Veel voldoening

"Ik kan me nog goed herinneren dat een jonge vrouw voor het eerst op de DIG kwam. Ze vond het spannend. Ik probeerde haar op haar gemak te stellen. Toen ze weer weg ging zei ze: 'de volgende keer is het minder spannend, want dan weet ik dat jij er bent'. Dat geeft veel voldoening."

Mooie herinneringen

"Op mijn eerste dag als vrijwilliger op de DIG was er een meneer die er elke donderdag kwam. Jaar in, jaar uit. Hij kwam uit Winterswijk en ik uit Lichtenvoorde, dus we maakten grapjes over de rivaliteit tussen die twee plaatsen. Op een bepaald moment stopte hij met de behandeling. Dat ging vrij plotseling. Later kwamen hij en zijn vrouw nog een keer langs om de medewerkers op de afdeling te bedanken. Ik kreeg toen een cadeaubon waar ik een mooi boek van heb gekocht. Dat is toch wel een mooie herinnering."



Ik ben onderdeel van het team, ik hoor erbij





”

**We kunnen
patiënten hiermee
meer zorg op maat
bieden en daardoor
een nog betere
behandeling**

Een perfect passende brace met 3D-techniek

Je staat er niet bij stil hoeveel je dagelijks met je handen doet. Tot je last krijgt van hand- of polsklachten. Daar kan je veel pijn en hinder van hebben. Fysiotherapeut Joy Somhorst is gespecialiseerd in behandeling van hand- en polsklachten. "Een op maat gemaakte brace kan bij langer aanhoudende klachten een uitkomst zijn. Door de samenwerking met Manometric kunnen we dit aan onze patiënten bieden", vertelt Joy.

Oefenen en ondersteunen

Joy vormt samen met een fysiotherapeut en drie ergotherapeuten het team van handtherapeuten in het SKB. "Wij zien patiënten met uiteenlopende klachten. Denk aan letsels na een val of door sporten, maar ook chronische behandelingen door reuma en artrose. Patiënten komen bij ons na een verwijzing van een specialist, bijvoorbeeld de plastisch chirurg, revalidatiearts of reumatoloog. Afhankelijk van de hulpvraag oefenen we met patiënten en kijken we hoe we hen kunnen ondersteunen bij werk of hobby's. Soms is een spalk of brace nodig. Dit kan klachten verminderen of verdere klachten voorkomen. Tijdelijke spalken of spalken die snel nodig zijn, maken we zelf. Zo kunnen patiënten het ook uitproberen."

Afspraak voor het Manometric spreekuur

Voor het Manometric spreekuur in het SKB heeft u een verwijzing van uw medisch specialist nodig. Daarna maakt u eenvoudig zelf een afspraak bij Manometric. Wilt u meer weten over dit spreekuur of de mogelijkheden? Neem dan gerust contact op met Manometric om uw vragen te stellen, zij staan u graag te woord. Tel: 070-2211625. Met een verwijzing van een medisch specialist wordt de brace vergoed door de zorgverzekering.

Brace op maat gemaakt in twee weken

"Heeft iemand langdurig een brace nodig? Dan biedt Manometric uitkomst", vertelt Joy. Manometric maakt op maat gemaakte braces voor vingers, hand en pols. Er is elke twee weken een spreekuur in het SKB. Een van hun specialisten maakt een zeer nauwkeurige 3D-scan van de hand en pols. Op basis daarvan ontwerpt Manometric een perfect passende brace die wordt gemaakt met een 3D-printer. Tijdens de vervolgspraak twee weken later wordt de brace afgeleverd.

"Wij zijn erg blij met deze samenwerking. Een op maat gemaakte brace geeft meer draagcomfort. Afhankelijk van de klachten en wensen is er keuze voor een harder of soepeler materiaal en ook de kleur kan worden aangepast. Daarnaast kunnen patiënten de brace twee weken later al komen ophalen, dat is echt snel voor een op maat gemaakte brace. Patiënten zijn erg tevreden en wij dus ook. We kunnen patiënten hiermee meer zorg op maat bieden en daardoor een nog betere behandeling."



‘Ondanks de situatie voelde dat gelijk goed’

Rudi over de betrokkenheid vanuit het SKB tijdens het ziekbed van zijn vrouw

Zorg is mensenwerk en als het nodig is, zetten we een stap extra. Dat vinden we vanzelfsprekend. Toch is het vaak juist die extra stap die het contact voor patiënten en naasten zo bijzonder maakt. Dat blijkt ook uit het verhaal van Rudi Joling uit Winterswijk.

"Eén medewerker bedanken gaat niet", begint Rudi. "Er zijn zoveel mensen in het SKB die veel indruk op mij en mijn vrouw Annelies hebben gemaakt. Maar Internist Marleen Duizer was haar hoofdbehandelaar, zij heeft wel een speciale plek in mijn herinnering."

Een luisterend oor

In augustus 2021 kregen Rudi en Annelies het vreselijke bericht dat zij uitgezaaide borstkanker had en genezing niet meer mogelijk was. In het SKB kwam Annelies onder behandeling bij internist Marleen Duizer. "Ondanks de situatie voelde dat gelijk goed. Ze nam rustig de tijd en had een luisterend oor. Annelies was na een scan

altijd ontzettend verdrietig en bang voor de uitslag. Toen er een keer een redelijk positieve uitslag was, belde Marleen dezelfde dag nog op. Ze wilde ons niet langer in spanning houden. Na dat telefoontje brak Annelies in huilen uit en zei 'wat fijn dat ze nu al belde'."

Grote betrokkenheid

"We voelden allebei een grote betrokkenheid vanuit het SKB. Van de artsen en verpleegkundigen, tot de maatschappelijk werkster en de vrijwilligers, zoals de gastvrouwen en -heren. Bij een slechte uitslag was er extra aandacht. En geloof mij, ook een vriendelijk hoofdknikje in het voorbijgaan doet je goed. Annelies was het middelpunt en iedereen deed zijn best om het haar zo comfortabel mogelijk te maken. Ze voelde zich hier veilig en vertrouwd."

‘Er was ook aandacht voor mij’

Annelies werd twee keer kort achter elkaar opgenomen in het SKB. "Het ging natuurlijk om haar, maar er was ook aandacht voor mij. Dat deed mij goed. Toen ze voor de tweede keer werd opgenomen kreeg ik direct een bord met eten. Daar had ik niet om gevraagd, maar ik had die dag nog niets gegeten, dus heb ik het met smaak opgepeuzeld." Op een avond vroeg een verpleegkundige hoe het met mij ging en nam plaats aan het voeteneinde op mijn bed. Ik heb een half uur met haar gekletst en dingen verteld die ik nog nooit met iemand heb gedeeld. Dat gaf zo'n goed gevoel."

”

Dat ik dag en nacht bij haar mocht blijven was een groot geschenk



Grootste geschenk

"Tijdens haar laatste opname kregen we een kamer voor ons tweeën. Elf dagen mocht ik dag en nacht bij Annelies blijven. Dat was achteraf het grootste geschenk dat het SKB mij kon geven. Op 4 juni 2022 is ze daar met haar handen in mijn handen overleden."

Alpe d'HuZes ter ere van Annelies

Annelies deed mee aan een wetenschappelijke studie. "Als het mij niet helpt, hebben anderen er misschien baat bij", zei ze. Met die gedachte gaat Rudi op 5 juni, 2 jaar na haar overlijden, tijdens de Alpe d'HuZes de berg beklimmen. "Daarmee hoop ik zoveel mogelijk geld op te halen voor het KWF. Wie dat wil, kan mij sponsoren via www.opgevenisgeenoptie.nl/fundraisers/rudijoling."

Teamprestatie

Marleen Duizer: "Vaak leer ik patiënten kennen op een heel moeilijk moment in hun leven en soms kan ik helaas erg weinig doen om hun ziekte te remmen. Ik probeer dan juist te zoeken naar dingen die ik wel kan doen voor mensen, hoe klein ook. En ik vind het heel fijn om terug te horen dat dit ook enorm gewaardeerd wordt. Meneer Joling beschrijft heel mooi in zijn verhaal dat het werken in de oncologie echt een teamprestatie is. Ik ben dan ook super trots op alle medewerkers van de polikliniek en verpleegafdeling Interne geneeskunde, de DIG, de verpleegkundig specialisten en het palliatief team, die er zijn geweest voor hem en zijn vrouw en elke dag weer voor al onze andere patiënten."



Kennismaken met...

De logopedisten

Van te vroeg geboren baby's tot patiënten van 99 jaar. Onze logopedisten zien patiënten van alle leeftijden. Maar wie zijn ze en wat doen ze eigenlijk? Logopedisten Annemiek, Karlijn, Sanne en Simone vertellen: "Wij doen alles wat te maken heeft met stem, spraak, taal, gehoor en slikken."

Logopedie is een breder vak dan je denkt. "Als wij in onze omgeving vertellen dat we logopedist zijn, denken veel mensen dat we werken met kinderen met spraak- en taalproblemen", vertellen de logopedisten. In werkelijkheid werken ze met alles dat te maken

heeft met stem, spraak, taal, gehoor en slikken. "We komen op verschillende verpleegafdelingen en hebben spreekuren op de polikliniek. We werken het meeste met patiënten van Neurologie, Longgeneeskunde, de Intensive Care, Geriatrie,



”
**We hebben
allemaal
oog voor
de patiënt**

Chirurgie en Kindergeneeskunde. Daarnaast zien we regelmatig patiënten die in een revalidatietraject zitten. De meeste patiënten die we zien hebben een beroerte gehad. Zij kunnen moeite hebben met taal, spraak of slikken. Vooral het onderzoeken en trainen van het slikken is een groot deel van ons werk. Wij kijken hoe patiënten veilig kunnen eten en drinken. Hiervoor moet eten en drinken soms aangepast worden, zodat ze zich niet verslikken. Bijvoorbeeld meer vloeibaar eten en drinken of juist niet. Je vaak verslikken kan bijvoorbeeld een longontsteking als gevolg hebben.”

Van jong tot oud

Logopedisten zijn standaard betrokken bij baby's die geboren worden voor 37 weken. "We kijken dan naar de drinktechniek van de baby en adviseren

ouders hoe ze hun baby zo goed mogelijk kunnen voeden. We kunnen het ene moment een kindje van een paar dagen oud op schoot hebben en daarna bij een oudere patiënt taalonderzoek uitvoeren. Deze patiënten komen bijvoorbeeld via de geriater (specialist ouderengeneeskunde) bij ons. Wij kijken of we kenmerken zien in de achteruitgang van taal die passend zijn bij dementie." Verder zijn de logopedisten veel te vinden op de polikliniek Keel-, Neus- en Oorheelkunde. Daar doen ze stem- en gehooronderzoeken. "We komen ook regelmatig op de Intensive Care. Patiënten die aan de beademing hebben gelegen, kunnen bijvoorbeeld moeite hebben met slikken."

Waardevol werk

Het werk is niet alleen veelzijdig, maar ook erg waardevol. "Ons vak draait voornamelijk om communicatie. Als patiënten niet meer kunnen spreken of dingen niet meer begrijpen, merken ze pas hoe belangrijk dit is. We onderzoeken en behandelen de taalstoornissen. Samen met de patiënt zoeken we naar manieren om te communiceren. Denk hierbij aan gebaren, aanwijzen of typen. Als het nodig is zetten we ondersteunende communicatiehulpmiddelen in. Het is mooi om te zien hoe patiënten stappen maken en zichzelf weer kunnen uiten. Dat tovert vaak een lach op hun gezicht en ook op die van ons."

Oog voor de patiënt

Het is een cliché, maar ook voor de logopedisten is geen dag hetzelfde. "We zijn allemaal allround, maar hebben ook onze specialisaties. Zo doet de een wat meer met slikproblemen en de ander meer met taal. Daardoor vullen we elkaar goed aan. Het belangrijkste is dat we allemaal écht oog hebben voor de patiënt. Dat is toch waar het om draait", sluiten ze af.





Ingrid heeft een ernstige vorm van astma

‘Dankzij nieuwe medicijnen krijg ik weer lucht’

Holteontstekingen, benauwdheid en poliepen in de neus; allemaal klachten die een tijd lang invloed hadden op het leven van Ingrid Vuijk - Guis uit Winterswijk. In het ziekenhuis bleek dat ze een ernstige vorm van astma heeft. Een inhalator hielp niet voldoende en ze kon steeds minder. Maar sinds ze nieuwe medicijnen gebruikt, heeft ze naar eigen zeggen haar leven weer terug.

"Een paar jaar geleden kreeg ik het erg benauwd. We waren op dat moment aan het verbouwen, dus ik dacht eerst dat het misschien door het stof kwam. Maar mijn klachten werden steeds erger. Op een gegeven moment moest ik 's nachts in de tuin gaan staan, omdat ik geen lucht meer kreeg. Ook had ik continu holteontstekingen en poliepen in mijn neus. De KNO-arts had die poliepen al een paar keer weggehaald, maar ze kwamen steeds weer terug. Hij wilde me doorsturen naar het AMC in Amsterdam, maar bedacht toen dat het weleens met mijn longen te maken zou kunnen hebben. Dus verwees hij me door naar de longarts in het SKB. Na een paar onderzoeken was het duidelijk: ik had een ernstige vorm van astma, genaamd eosinofiele astma."

In de familie

Eosinofielen zijn een bepaald soort witte bloedcellen. Een te grote hoeveelheid eosinofielen kan zorgen voor een ontsteking of zwelling van de luchtwegen. Ook de poliepen in Ingrid's neus werden hierdoor veroorzaakt. "Astma komt wel voor in mijn familie, twee van mijn kinderen hebben het. En ik denk dat mijn moeder het ook had, want zij was ook vaak kortademig", vertelt Ingrid. "Toch had ik niet verwacht dat ik het op deze leeftijd nog zou krijgen. Ik heb als kind nooit last van benauwdheid gehad en heb ook nooit gerookt."

”

Ik moest 's nachts in de tuin gaan staan omdat ik geen lucht meer kreeg

Meer lucht

Ingrid kreeg een inhalator met ontstekingsremmers en luchtwegverwijders, maar die hielpen niet voldoende. "Ik had de ene luchtwegontsteking na de andere en kon geen trap meer op zonder naar lucht te moeten happen. Ook werken lukte niet meer goed. Ik heb een eigen juridisch adviesbureau en ik moest steeds meer zaken aan collega's overdragen. In die tijd vond ik veel rust in mijn hobby schilderen", vertelt ze. Ze bleek in

> Lees verder op pagina 16.



> Vervolg van pagina 15.

aanmerking te komen voor behandeling met zogenaamde biologicals. Dit zijn medicijnen die gemaakt zijn van natuurlijke eiwitten. Ze remmen bij astma een deel van het ontstekingsproces. Twee weken nadat ze de biologicals voor het eerst had gebruikt, kreeg Ingrid weer meer lucht.

In elke tas een inhalator

Sindsdien spuit ze elke twee weken het medicijn zelf in. "Dit medicijn heeft me echt mijn leven teruggegeven, ik kan alles weer", vertelt Ingrid lachend. "Ik let er wel op dat ik me niet te veel inspan, want dan kan ik het benauwd krijgen. Ook als ik bij een afspraak met vriendinnen hard moet lachen, krijg ik het soms benauwd. Maar als ik dan een puffje uit mijn inhalator neem, gaat het al snel beter. Ik raak wel in paniek als ik geen inhalator bij me heb, dus heb ik er eentje in elke tas. Daarnaast ben ik gestart met sporten, om in conditie te blijven. Ik ben geen sportschooltype, maar ik doe trouw elke dag een workout via YouTube. Als ik het een tijdje niet doe, merk ik meteen dat ik minder uithoudingsvermogen heb. Dat is voor mij voldoende motivatie om het sporten vol te houden."

”

Ik ben geen sport-schooltype, maar ik doe trouw elke dag een workout via YouTube

In goede handen

Ingrid gaat regelmatig op controle in het SKB, bij verpleegkundig specialist Sibylla Bos of longarts Susan Kelder. "Ik vind het fijn dat ze me goed in de gaten houden", vertelt ze. "Ze geven uitleg over de medicijnen en doen regelmatig een longfunctietest, om te kijken of de biologicals zorgen voor verbetering. Ik kan ze rechtstreeks benaderen als ik tussendoor vragen heb. Ik krijg dan altijd snel antwoord, heel fijn. Als ik nu een keer een luchtweginfectie heb, hoef ik niet eerst naar de huisarts maar kan ik rechtstreeks naar de longafdeling in het ziekenhuis. Een geruststellend idee, want daar ben ik in goede handen", besluit Ingrid.

Sibylla Bos, verpleegkundig specialist

Sibylla Bos is de verpleegkundig specialist van Ingrid. Zij vertelt: "Astma is een chronische ontsteking van de kleine luchtwegen van de longen. Veel patiënten hebben baat bij een inhalator met ontstekingsremmers en lucht-wegverwijders. In het geval van Ingrid gaat het om ernstige astma, dat is astma die lastig onder controle te krijgen is. Ongeveer 4% van alle astma-patiënten heeft ernstige astma. Zij komen, net als Ingrid, in aanmerking voor behandeling met biologicals. Verder is het voor astmapatiënten belangrijk om prikkels, zoals allergenen en rook te mijden en een goede conditie op te bouwen. Patiënten komen regelmatig bij ons op controle. We doen minimaal twee keer per jaar een long-functietest. Ook controleren we of de patiënt de inhalator op de juiste manier gebruikt, want dit gaat ongemerkt vaak mis. Daarnaast nemen we een vragenlijst af, om te bekijken of de klachten nog voldoende onder controle zijn. Deze vragenlijst willen we binnenkort via een app afnemen. De app geeft ook tips over wat je aan bepaalde klachten kan doen. Zo krijgen patiënten meer inzicht in en meer controle over hun ziekte. Patiënten bij wie de astma stabiel is, hoeven dan minder vaak naar het ziekenhuis te komen."



Astma

Cijfers en weetjes

636.200



In Nederland hebben
636.200 mensen astma.

Ernstige vorm

Ongeveer 4% van de
Nederlanders met astma
heeft een ernstige vorm
van astma.

4%



Ziekenhuisopnamen

In Nederland zijn er per
jaar ruim 8000 ziekenhuis-
opnamen nodig voor
mensen met astma.

Meest voorkomende klachten

- Benauwdheid (kortademigheid); vooral 's morgens vroeg, na het sporten, bij een verkoudheid of na contact met prikkels.
- Piepende ademhaling.
- Hoesten; vaak 's nachts, droge prikkelhoest of slijmhoest.



Bron: Astma Vereniging Nederland en Davos
Long Alliantie Nederland (LAN)




 uitvaartbegeleiding
Christina

“Een uitvaart is geen dag
 uit het leven,
 maar een heel leven
 in één dag.”

Ik ben 24/7 bereikbaar op
06 4823 7122

Ik ontzorg u en uw familie
 en adviseer en begeleid
 onafhankelijk.

Liefdevol, waardig en passend afscheid
www.uitvaartchristina.nl

Annemiek's Hoorstudio Uw zelfstandige audicien

Onze locaties



Annemiek's Hoorstudio Doetinchem
 De Veentjes 5
 7001 DL Doetinchem
 Tel. 0314 - 360 560

Annemiek's Hoorstudio Arnhem
 Bakenbergseweg 72
 6814 MK Arnhem
 Tel. 026 - 351 16 12

info@anhd.nl
www.annemiekshoorstudio.nl

Persoonlijke aandacht



Goedendag,
 mijn naam is Annemiek de Rooij.
 We werken met een klein team
 waarbij u zelf kunt aangeven bij wie
 u wil komen. We geven graag een
 persoonlijk advies en zijn trots op
 ons werk.

Onze visie

Annemiek's Hoorstudio heeft als doel het
 vinden van de beste maatwerkoplossing.
 Niet alleen goede hoortoestellen maar ook
 alle aanverwante hulpmiddelen.
 Annemiek's Hoorstudio is een zelfstandig
 audicien voorzien van het Hoorprofs
 keurmerk. Dit betekent dat we aan de
 hoogste eisen van kwaliteit voldoen.
 Wij zijn merk onafhankelijk.



Waarom Annemiek's Hoorstudio

Gratis hoorfest & Hooradvies t/m €65,00	Geen wachtlijsten	Merkafhankelijk & Zelfstandige audicien	Second opinion Expertise	Gespecialiseerd in Kinderen
---	-------------------	---	--------------------------	-----------------------------



Roessingh
 Revalidatie Techniek

*'Onderdeel
 van mijn leven'*

Prothesen
 Orthesen
 Mammacare
 Elastische kousen
 Orthopedische schoenen

Morgenzonweg 29
 7101 BH Winterswijk
 T 088 999 0 777
www.rrt.nl

Ellen
 Klant van RRT



Roessingh Revalidatie Techniek is erkend producent en leverancier
 van orthopedische hulpmiddelen en revalidatie-artikelen.

**Uw kunstgebit verdient
 een erkend specialist**



- Gebitsprothesen
- Implantaten
- Klikgebit
- Reparaties
- Gratis advies en informatie

TANDPROTHETISCHE PRAKTIJK
KIND

Tuunterstraat 35 7101 EE Winterswijk Tel. 0543 519 901
www.tandprotheticuskind.nl

Evelien is een geboren en getogen Achterhoeker en werkt in ons ziekenhuis als applicatiebeheerder. Elk patiëntmagazine schrijft zij over onderwerpen die haar bezighouden. Dit is haar laatste column in het SKB magazine.



Bedankt voor het lezen!

Ongeveer drie jaar geleden schreef ik m'n eerste column voor dit magazine. Ik was enthousiast want ik houd wel van 'stukjes schrijven'. De enige voorwaarde was een link leggen met de zorg. Een logische voorwaarde, maar voor iemand die gemiddeld acht uur op een dag achter een computer zit best een uitdaging. Voor mij geen spoedeisende hulp patiënten met bijzondere letsels of kwalen. Geen opmerkelijke patiënt op die ene afdeling, die ene keer. Als ik al iets met patiëntinformatie doe, kan ik daar niets over zeggen want: privacy. Bovendien is het nooit echt interessant, want heel plat, voor mij is een patiënt een nummer met een probleem in het dossier dat opgelost moet worden. Daar kies ik natuurlijk voor. Ik wil achter een scherm zitten en niet aan het bed staan. Maar om leuke verhalen over de zorg te vertellen, terwijl je niet echt 'zorgt', vind ik moeilijk.

Ik kan over zorg in het nieuws vertellen, maar niet te actueel zijn, want het blad komt een maand later uit en ligt er vervolgens drie maanden. Ik heb vaak best een mening, maar moet mij tegelijkertijd

een beetje inhouden, want ook al schrijf ik niet namens het ziekenhuis, ik ben wel onderdeel van dit bedrijf. Corona was verschrikkelijk, maar voor mij een top onderwerp. Het was drie jaar actueel en naast mij vond iedereen er wel iets van. Het meest spannende wat ik nu meemaak is of de slagboom op de parkeerplaats omhoog gaat of niet, want daar kijk ik op uit. Hoor mij vooral niet klagen over mijn werk, ik vind het echt leuk, maar voor een gemiddelde ziekenhuisbezoeker (hoi!) is het vaak te ingewikkeld en vooral niet zo boeiend.

Daarom ga ik helaas stoppen met het schrijven van deze columns. Als je dit leest en mijn vorige columns misschien ook hebt gelezen, wil ik je hartelijk danken daarvoor. Mocht ik toch een carrièreswitch overwegen en ineens als verpleegkundige aan het bed staan, dan keer ik vast terug met sterke (geanonimiseerde) verhalen. Tot die tijd zal ik achter mijn scherm verstopt zitten, af en toe uit het raam staren en gadeslaan wie er wel of niet onze parkeerplaats op komt.

Evelien



Het meest spannende wat ik nu meemaak is of de slagboom op de parkeerplaats omhoog gaat of niet

Buitenpolikliniek Eibergen

Centrale wachtkamer

Dit is de centrale wachtkamer waar u plaatsneemt als u een afspraak heeft.

De balie

Bij de balie kunt u zich aanmelden en (vervolg)afspraken maken. Ook het wijzigen van gegevens is mogelijk.

Een van onze buitenpoliklinieken bevindt zich in het Hageman Medisch Centrum in Eibergen. Patiënten kunnen hier terecht voor de spreekuren van verschillende specialismen. Een team van polikliniekassistentes ondersteunt alle spreekuren. Zij maken hartfilmpjes, nemen gehoortesten af, meten de bloeddruk en assisteren specialisten waar nodig. U kunt er ook terecht voor hartecho's en longfunctieonderzoeken. Voor patiënten uit Eibergen en omgeving betekent dit minder of soms zelfs geen reistijd naar het ziekenhuis in Winterswijk.

Kijk voor meer informatie over de buitenpolikliniek Eibergen op www.skbwinterswijk.nl/buitenpolikliniek-eibergen



Röntgenkamer

U kunt hier röntgenfoto's laten maken op maandag- en woensdag-ochtend en vrijdag de hele dag.



Poliklinische behandelkamer (PBK)

Op de PBK verricht de plastisch chirurg kleine ingrepen waaronder ooglidcorrecties en het verwijderen van huidafwijkingen. Zij wordt geassisteerd door een PBK-verpleegkundige en een polikliniek-assistente van de buitenpolikliniek in Eibergen.



De prikpost

Dit is de prikpost die iedere dag geopend is van 7.30 - 11.15 uur. Via www.skbwinterswijk.nl/bloedprikken maakt u eerst een afspraak.



‘Ik voelde meteen dat het niet goed was’

Mieke kreeg twee nieuwe kruisbanden



”
**Ik wil alles
blijven doen, dus
ik zei ‘ja’ tegen
de operatie**

Sporten is gezond, maar sportblessures liggen ook op de loer. Dat een ongeluk in een klein hoekje zit, kan de sportieve Mieke beamen. Tot twee keer toe scheurt ze haar kruisband tijdens wintersport. "Mijn knie draaide gek en ik voelde dat het niet goed was." Dankzij een voorste kruisbandreconstructie door de orthopedisch chirurg en trainen met een sportfysiotherapeut, haalde ze daarna toch haar persoonlijke record. "Ik was zo trots!"

Linker kruisband gescheurd

Mieke werkt als accountmanager en sport daarnaast veel: paardrijden, wielrennen, hardlopen, skiën en ze is regelmatig in de sport-school te vinden. "Toen ik in 2018 op de piste stond, kreeg ik een ongeluk. Iemand kwam met volle vaart op me af terwijl ik stilstond en ik voelde mijn linker knie gek draaien. Ik merkte al snel dat mijn knie niet meer goed werkte en voelde dat het niet goed was." Terug in Nederland verwees de huisarts Mieke naar de afdeling Orthopedie in het SKB. "Ik deed zelf onderzoek naar wie mij het beste kon helpen, zo kwam ik uit bij orthopedisch chirurg Robert Berg. Er werd een foto gemaakt om te kijken of ik iets had gebroken. Maar het was duidelijk dat mijn kruisband doormidden was gescheurd. Mijn meniscus en kraakbeen waren gelukkig niet beschadigd." De orthopedisch chirurg adviseerde een nieuwe kruisband met behulp van een operatie. "Ter voorbereiding op de



operatie trainde ik met een sportfysiotherapeut om mijn knie zo sterk mogelijk te maken. In augustus 2018 ben ik geopereerd. De operatie en het herstel gingen voorspoedig en samen met de sportfysio heb ik keihard gewerkt om weer snel de oude te zijn."

Jaren later ging het weer mis

De jaren erna skiede Mieke zonder angst. "Maar vorig jaar bleef mijn ski haken in de sneeuw en ik voelde dat het weer mis was. Deze keer aan mijn rechterbeen." In Nederland bleek het gelukkig weer om 'een mooie scheur' te gaan en weer kwam Mieke bij Robert Berg terecht. "Hij vroeg: 'wil je ooit nog wintersporten en wil je weer een operatie?'. Daar hoefde ik niet over na te denken: ik wil alles blijven doen, dus ik zei 'ja' tegen de operatie. Weer trainde ik mijn beenspieren, zodat ik zo fit mogelijk de operatie in ging. Begin april ben ik geopereerd en voor de zomer was ik er weer helemaal. De sportfysio heeft me soms wel moeten afremmen, want ik wil graag te snel haha!" Mieke is tevreden over beide behandelingen in het SKB. "Iedereen denkt mee en houdt rekening met mijn wensen. Ze leggen goed uit wat er gebeurt en na de operatie word je goed opgevangen. Ik heb een fobie voor naalden, maar ze leidden me goed af zodat ik niet van m'n stokje ging."

Persoonlijke records behaald

"Na dertien weken mocht ik weer hardlopen. Ik trainde voor de Kramp Run in Varsseveld en haalde daar mijn persoonlijk record (PR)! Vijf kilometer binnen 25 minuten. Na deze run, focuste ik me op langere afstanden. In december haalde ik tijdens de Montferland Run in 's Heerenberg nog een PR: vijftien kilometer in 1 uur en

16 minuten. Ik was zo trots! Zo blijkt maar weer, als je iets wilt, moet je het echt zélf doen. Gun jezelf de tijd om te herstellen, maar verwaarloos de tijd niet. Train met een professional, want de juiste begeleiding is zó belangrijk."

Voorste kruisband-reconstructie

De kruisbanden zorgen, samen met de andere banden in de knie, voor stabiliteit. De voorste kruisband ligt midden in het kniegewricht en zorgt ervoor dat de knie tijdens het bewegen niet naar voren schiet. Tijdens het sporten, bij een verkeerde beweging of door een ongeluk, kan de voorste kruisband scheuren. Vooral sporters die veel draai- en sprongbewegingen maken, zoals bij skiën, lopen het risico op een gescheurde kruisband. Bij het scheuren van de voorste kruisband voelt het alsof er iets knapt in de knie. De knie voelt daarna instabiel en is minder goed belastbaar. Met oefeningen kan de stabiliteit van de knie verbeteren, maar dat gaat vaak ten koste van de sportprestaties. Daarom kiezen sportieve patiënten sneller voor een operatie, waarbij de voorste kruisband wordt vervangen. Tijdens een kijkoperatie maakt de orthopedisch chirurg dan een nieuwe kruisband. Meestal van de hamstringpees, of van de quadriceps of knieschijfpees. De revalidatie duurt 9 tot 12 maanden.

55+ en werkloos?
We horen graag úw
verhaal of ideeën!



De OuderenOmbudsman:
0900 - 60 80 100 (5 cent/min.)
www.ouderenombudsman.nl



**nationaal
ouderen
fonds**

**OUDEREN
OMBUDSMAN**



Bedankt voor 40 jaar SKB!

In 1984 zijn vier regionale ziekenhuizen samengekomen en zag het Streekziekenhuis Koningin Beatrix het levenslicht. Op dat moment werd het zaadje geplant van het ziekenhuis zoals we dat nu kennen. Nu, 40 jaar later, zijn we uitgegroeid tot een sterke boom met stevige wortels in Oost-Achterhoek. Dichtbij als je ons nodig hebt en in alle fasen van het leven.

Dit jaar vieren we vol trots onze 40e verjaardag! Net zoals een boom alleen stevig kan wortelen in de juiste grond, floreren wij dankzij onze medewerkers, patiënten, samenwerkingspartners en inwoners uit de regio. We blikken dit jaar terug, maar kijken ook naar de toekomst, waarin we samen zaadjes planten voor verdere groei. Want zorg leveren we samen, ook in de toekomst.

#SamenSKB

Streekziekenhuis
Koningin
Beatrix





RX# 231-479-161

EEN KNUFFEL VAN MAMA JOYCE:
DRIE MAAL DAAGS TOEDIENEN
* * BLIJVEN HERHALEN * *



Er is een medicijn dat elk ziek kind beter laat voelen: familie.
Daarom zijn er de Ronald McDonald Huizen. Zo zijn mama en papa altijd dichtbij.



**Ronald McDonald
Kinderfonds Nederland**

Keeping families close™



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 *léven*. 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 **doneer**
eenvoudig
online.



elysə
klinieken voor
nierzorg

Voel je thuis bij Elyse

Behandeling van nierschade & nierfalen
in een kleinschalige setting in Winterswijk.



Betrokken en duurzaam bieden we
samen en dichtbij de juiste nierzorg.



Elyse Winterswijk - Beatrixpark 1 -
locatiewinterswijk@elyseklinieken.nl

levensstijladvies - multidisciplinaire nierfalen polikliniek -
(thuis)dialyse - vakantiedialyse

a B. Braun company



GEZOND OP REIS EN GEZOND WEER TERUG

Ga je op vakantie naar het buitenland? Een geweldige
ervaring waar je naar uitkijkt en waar je met veel
plezier op terug wilt kijken.

Je maakt kennis met andere culturen, mensen en
leefgewoontes. Veel exotische bestemmingen liggen
in (sub)tropische klimaatzones.

Niet overal kent men de luxe van schoon drinkwater,
riolering of een vaccinatieprogramma. Het is daarom
belangrijk om vooraf maatregelen te nemen om
gezondheidsproblemen te voorkomen.

De **Travel Health Clinic**
geeft u advies op maat,
gericht op vaccinaties
en hygiëne, aangepast
aan reisdoel en
gezondheidssituatie.



Travel Health Clinic



Via de site kun je online 24 uur per dag een afspraak
maken: www.thci.nl. Of bellen (op werkdagen) met
ons afsprakenbureau: 088-291 4900



'Ik voelde me weer mooi en zelfverzekerd'

Als je er weer goed uitziet, voel je je al een
stuk beter. Tijdens de chemotherapie had ik
niet veel haar meer over. Bij Esta Haarwerken
ben ik prettig en persoonlijk geholpen met
een haarwerk dat bij me past. Ik voelde me
gelijk weer mooi en zelfverzekerd.

Wilt u een persoonlijk en vrijblijvend advies?

Bel ons 0543 - 52 28 57 of kijk op www.esta-haarwerken.nl

Esta Haarwerken - Wooldstraat 18 Winterswijk

esta
HAARWERKEN

HAARUITVAL DOOR CHEMOTHERAPIE - OVERMATIG HAARVERLIES - KAALHEID DOOR EEN HAARZIEKTE



Buikpijnpoli

SPECIALISTISCHE BUIKPIJNZORG

Heeft u (on)verklaarbare buikklachten?

- Multidisciplinair paramedisch team
- Advies en behandelplan op maat
- Alleen via verwijzing medisch specialist en- of huisarts



www.buikpijnpoli.eu

Buikpijnpoli Achterhoek
Zegendijk 3B | 7136 LS Zieuwent
T. 0544 - 793001

Buikpijnpoli Twente
Blankenburgerstraat 37 | 7481 EA Haaksbergen
T. 053 - 7920016



Zelfstandig wonen met de juiste zorg aan huis

Wilt u zelfstandig blijven wonen, maar merkt u dat sommige alledaagse bezigheden niet vanzelf gaan? Gelukkig kunt u mét zorg en ondersteuning van Careaz vaak gewoon in uw eigen, vertrouwde omgeving blijven wonen. Zo kunt u blijven genieten van wat het leven de moeite waard maakt, mét de zorg die nodig is.

Thuiszorg van Careaz. Bel met 0544 745 555,
mail naar info@careaz.nl of kijk op www.careaz.nl

careaz
verder met aandacht