

Dec 2024

NIEUWSBRIEF

Sûnhûs, gezondheidscentrum Makkum



Dokterswacht

Per 15 november is het telefoonsysteem van de dokterswacht Friesland vernieuwd. Er is nu een betere samenwerking tussen telefonie en website. Als u de dokterswacht wilt bereiken buiten kantooruren dan kunt het beste eerst naar de website gaan: www.dokterswacht.nl. U kunt dan een paar eenvoudige vragen beantwoorden, misschien krijgt u direct advies of u wordt direct terug gebeld door de triagiste (assistente die is opgeleid in te schatten wie wel en wie niet direct behandeld moet worden). Op deze manier hoeft u niet meer zo lang in de wachtrij te staan. Belangrijk is wel te weten dat de dokterswacht alleen is voor echte spoed wat niet kan wachten tot de volgende werkdag.



Kerstdrukke apotheek

We zien dat veel patiënten vlak voor de kerst hun medicatie herhalen of extra medicijnen willen inslaan voor dit jaar. We begrijpen dit maar daardoor is het wel vaak erg druk in de apotheek de laatste 2 weken van het jaar. We vragen u dan ook om goed te kijken of het echt nodig is om eerder uw medicijnen te halen en als dat zo is om dan juist vanaf begin december te bestellen.



Terugblik 2024 en vooruitblik 2025

Het is al weer even geleden dat we de laatste nieuwsbrief hebben geschreven. Het zijn drukke tijden en er zijn weer veel veranderingen. Ook de invloed van onrustige politieke tijden laat zich gelden, voor de huisartsenpraktijk maar vooral voor de apotheek. We hebben weer nieuwe medewerkers, Elena is terug van zwangerschapsverlof, Emma is ook weer helemaal aan het werk en we hebben nu voor vast 4 dokters die in Makkum werken. Ook veranderingen om ons heen, de thuiszorg heeft soms personeelstekort, dit leidt soms toch lastige thuissituaties, het ziekenhuis wil misschien verhuizen naar Joure en er wordt over gesproken om 's nachts geen huisartsdienst meer te hebben in Sneek. We proberen bij alle vergaderingen aanwezig te zijn, maar op veel zaken hebben wij als dorpspraktijk simpelweg geen invloed. Dus we proberen met onze praktijk mee te bewegen met alle veranderingen maar het is soms best veel gevraagd van de praktijk, van de medewerkers én van de patiënten. We gaan zien wat 2025 ons gaat brengen, ondertussen wensen wij u heel fijne feestdagen!

Telefonische bereikbaarheid

Tijdens een ouderenmiddag in Makkum is er o.a. gesproken over onze telefonische bereikbaarheid. Wij vonden het fijn te horen dat de mensen vonden dat ze makkelijk terecht konden bij het Gezondheidscentrum. Een aantal mensen gaven aan dat ze bij het bellen het keuzemenu lastig vonden.

Voor de praktijk is het erg belangrijk dat we goed bereikbaar zijn. Het huidige telefoonsysteem biedt de praktijk en patiënt veel voordelen. Men hoeft minder lang in de wacht te staan doordat er o.a. voor een terugbelfunctie gekozen kan worden. Ook worden telefoontjes ingedeeld op herhaalbericht, het annuleren van een afspraak en vraag aan de apotheek. Daarnaast biedt het programma de mogelijkheid om online een bel afspraak in te plannen.

Zo blijft de lijn meer open voor afspraken en andere vragen aan de assistente. De wachttijd is nu aanzienlijk korter dan in het verleden. Zo wordt u sneller te woord gestaan door de assistente!

Maar we begrijpen dat het voor sommige patiënten soms lastig is snel te kiezen. Voor deze patiënten hebben we nu een formulier op de balie liggen met de menukeuzes, dit papiertje kun u bij de hand houden als u belt zodat u niet het gehele bandje hoeft af te luisteren maar direct uw keuze kunt maken. Voor vragen kunt u terecht bij de assistente.





Cliniclowns inzameling

Willeke ergerde zich eraan dat ze veel cartridges en dergelijke moest weggooien. Hoewel we steeds meer papierloos proberen te werken printen we toch nog veel zaken in het gezondheidscentrum. De apotheek werkt sinds 1 oktober op een papierloze manier, dat betekent dat we voor de onderlinge communicatie proberen niet meer te printen. Uiteraard gebruiken we nog wel papier voor de etiketten en het printen van de bijsluiters als patiënten liever geen digitale bijsluiters krijgen. Onze eigen cartridges worden nu opgehaald voor het goede doel van Cliniclowns. Graag geven we deze kans ook aan alle inwoners van Makkum. Daarom kunt u vanaf 1 november uw oude cartridges inleveren in de doos van de cliniclowns die bij de apotheekbalie staat.



Reanimatie les voor patiënten

Ook dit jaar bieden we onze patiënten weer aan om opgeleid te worden in het reanimeren. De kosten worden betaald door het gezondheidscentrum omdat we heel belangrijk vinden dat veel mensen weten hoe te handelen als elke seconde telt. De komende lessen staan al volgepland maar mocht u interesse hebben dan kun u zich aanmelden voor de lessen van volgend jaar.

Grieprik 2024

De trend van de laatste jaren heeft zich ook dit jaar weer voort gezet. Er was weer een heel hoge opkomst voor het halen van de grieprik. Dat is echt heel goed en belangrijk. Niet alleen om te voorkomen dat je zelf ziek wordt, maar ook om te voorkomen dat anderen ziek worden. Dus een compliment aan alle mensen die een grieprik hebben gehaald.



Nieuwe medewerker

Mijn naam is Aleida Peterson, ik ben sinds 18 november werkzaam als doktersassistente in opleiding in het gezondheidscentrum. Na jaren met veel plezier mijn eigen beautysalon aan huis te hebben gerund, was ik toe aan een nieuwe uitdaging. Deze heb ik gevonden in de BBL opleiding tot doktersassistente. Samen met mijn man, 2 kinderen, hond en kat wonen wij in Koudum. In mijn vrije tijd ben ik graag creatief bezig en breng ik veel tijd door bij de plaatselijke toneelvereniging. Fries is mijn memmetaal, maar ook Nederlands versta en praat ik goed.

Mocht u nog vragen voor mij hebben stel die dan gerust, ik ben werkzaam op de maandag en dinsdag. Graag tot ziens in de praktijk!

Vraag het de apotheek

Uit onderzoek blijkt dat veel medicijnen niet worden ingenomen op de manier die de voorschrijver bedoeld heeft. Veel patiënten vergeten hun medicatie of stoppen met hun medicijnen als ze bijwerkingen ervaren. Mocht u nu vragen hebben over uw medicijnen stop er dan niet zo maar meer maar neem contact op met de apotheek of met de huisarts.

Goed gebruik van medicijnen kan bijwerkingen voorkomen of minder erg maken



Medicijnen kunnen je helpen. Maar ze kunnen ook bijwerkingen geven. Hoe voorkom je bijwerkingen? Of hoe maak je bijwerkingen minder erg? Het helpt de medicijnen op de goede manier te gebruiken.

👉 Kijk voor de goede dosering op het etiket van de apotheek

🕒 Neem de juiste dosering op de juiste tijdstippen. Het is vaak het beste om een vast tijdstip te kiezen. Dan vergeet je minder snel een dosis.

📖 Lees de bijsluiters goed door. Zo weet je waar je op moet letten en wat je kan verwachten.

💧 Neem tabletten of capsules in met water, tenzij anders aangegeven
❌ Melk en vruchtensappen kunnen ervoor zorgen dat sommige medicijnen minder goed werken.

🗨️ Vertel het aan je apotheker als je medicijnen ophaalt bij een andere apotheek of bij de drogist

💊 Gebruik je meerdere medicijnen? Dan kunnen de medicijnen invloed hebben op elkaar waardoor ze minder goed kunnen werken. Soms kan je ook meer last krijgen van bijwerkingen.

Heb je vragen? Stel ze aan je apotheker.