

.CC

Innovatie
is de
toekomst

“Ademhalen
en gasgeven”



MEDIQ

CombiCare

Curion Soft urine opvangzakken

Zekerheid werkt heel eenvoudig.

Ontdek ook de voordelen van Curion Soft urine opvangzakken.

- **Ruime keus:** in been- én bedzakken.
- **Gemak:** de knipbare slang is makkelijk op maat te maken.
- **Zekerheid:** het aftapkraantje opent pas na kwartslag draaien.
- **Discretie:** de zak bestaat uit 3 'kamers' zodat de urine zich gelijkmatig verdeelt.
- **Draagcomfort:** dankzij de zachte achterzijde.

Meer weten? Of een Curion Soft urine opvangzak uitproberen? Bel met onze medewerkers van de Klantenservice: 0800 023 78 35. Wij helpen u graag!

Met Curion weet u het zeker.

Klantenservice Katheterzorg: 0800 023 78 35
www.curion.nl


curion®
professionele continenzorg

INHOUD

- 4 **Vraag & Antwoord**
- 6 **Inspiratieverhaal**
Margret IJdema – Groot:
“Ademhalen en gasgeven!”
- 14 **Geschiedenis**
De ontwikkeling van absorberend
continentiemateriaal
- 16 **Goedendag!**
- 19 **Ontwikkeling**
Robot Pepper
- 20 **Artikel**
Zorginnovaties om te volgen
- 22 **Interview**
Thessa Segeren-Boetzkes over
innovaties in de continenzorg
- 24 **Uittips**
Toen en nu!
- 25 **Voor u gelezen**
Boeken over de wereld van nu
- 26 **Zorgprofessional in de
schijnwerpers**
Annelien Schulp
- 28 **Puzzel**
- 29 **Recept**
Vegetarische lasagne
- 31 **Colofon**



Technologie en informatie- verstrekking zijn cruciaal

Waar kunnen we de continenzorg verder verbeteren? Als medisch specialzaak speelt die gedachte constant in ons achterhoofd. Maar wij zijn niet de enige partij die daarover iets te zeggen heeft. Naast uw zorgverlener heeft ook de politiek een mening, en wat te denken van de zorgverzekeraar? Een belangrijk deel van mijn werk binnen Mediq CombiCare is al deze partijen op één lijn brengen. Met hen samen te werken. Als we allemaal echt verder willen komen, moeten we de handen ineen slaan en oplossingen bedenken die voor iedereen werken.

Als persoon die medische hulpmiddelen nodig heeft staat u sterker wanneer u goed op de hoogte bent. U bent immers het middelpunt waar alle zorg om draait! Daarom houden wij u dus graag op de hoogte. En met voldoende kennis kunt u beter meebeslissen over belangrijke zaken aangaande uw gezondheid. Met trots kan ik u daarom melden dat we gaan starten met een online kennisnetwerk. Een medisch onderbouwde, digitale ‘bibliotheek’. Met juiste en onafhankelijke informatie, voor mensen zoals u.

De komende tijd zijn wij hard bezig om deze digitale ‘bibliotheek’ verder vorm te geven. Wij denken dan bijvoorbeeld aan het tonen van foto’s en filmpjes die het dagelijks gebruik van producten toelichten. Met extra ondersteuning indien u aanvullende vragen heeft. Zo kunt u zichzelf een goed beeld vormen van wat u op het gebied van continenzorg precies kunt verwachten. Daarmee gaat u beter voorbereid in gesprek met uw zorgverlener, en kunt u samen sneller de juiste keuzes maken. Zelf meedenken en samen beslissen is een maatschappelijke ontwikkeling waarin we graag voorop lopen.

Susanne van Tiggelen
Contractmanager Zorgverzekeraars en Public Affairs

vraag antwoord

Katheteriseren onderweg

Tijdens onze lange autorit naar de Ardennen stopten wij onderweg bij een benzinepomp voor een toiletbezoek. Ik maak zelf gebruik van eenmalige katheters. Het toilet van de benzinepomp was aardig klein; ik kon er niet gemakkelijk bewegen. Tot overmaat van ramp liet ik mijn katheter op de grond vallen. Gelukkig had ik nog een reserve exemplaar bij mij, want ik wist niet zeker of ik de katheter nog wel kon gebruiken. Voor de zekerheid heb ik dat niet gedaan. Wat is jullie advies hierin?

Mevrouw G. van M uit Groningen

Beste mevrouw van M.
Katheteriseren op een andere plek dan gebruikelijk kan spannend zijn. Het toilet is niet ingericht zoals thuis en soms is het behelpen met de ruimte. Wij adviseren om elke keer dat u katheteriseert een nieuwe, steriele katheter te gebruiken. Dit voorkomt urineweginfecties. Valt de katheter per ongeluk op de grond voordat u deze heeft kunnen gebruiken, gebruik dan inderdaad een nieuwe katheter. Zorg er dus voor dat u meerdere exemplaren bij u heeft als u buitenshuis katheteriseert.



Brexit en levering hulpmiddelen

Ik vroeg mij af of de ontwikkelingen rondom de Brexit gevolgen hebben voor de levering van mijn materialen? Ik weet niet precies uit welk land mijn producten komen. Ik maak gebruik van de Curion urineopvangzakken.

Dhr P. de R. uit Hoogvliet

Beste Meneer de R.
Om medische hulpmiddelen te kunnen leveren binnen Europa moet elk product zijn voorzien van een CE certificaat. Deze CE-markering geeft aan dat het product voldoet aan de daarvoor geldende regels binnen de Europese lidstaten. Binnen Mediq hebben wij in voorbereiding op de Brexit de check gedaan op deze CE certificering en daar waar nodig een nieuwe certificering via de fabrikant van het product ontvangen. Alle producten die wij leveren kunnen dus ook na een Brexit zonder problemen worden geïmporteerd. Daarnaast werken wij met slechts een beperkt aantal fabrikanten uit het Verenigd Koninkrijk samen. En uiteraard is er met hen veel contact geweest. U hoeft zich dan ook geen zorgen te maken over de continuïteit van uw Curion opvangzakken.



Leven met MS; vraagt om een passende oplossing

Beste redactie,

Ik ben 50 jaar en een tijd geleden is de ziekte MS bij mij gediagnosticeerd. Multiple sclerose is een chronische aandoening aan het centrale zenuwstelsel. Helaas is het ziekteverloop bij mij erg progressief en ben ik inmiddels rolstoelafhankelijk. Mijn hersenen verzenden de prikkels en signalen niet meer goed naar mijn benen, waardoor ik mij steeds slechter kan bewegen.

Twee maal per dag komt een medewerker van de thuiszorg langs om mij te helpen en één keer in de 6 weken komt de continëntieverpleegkundige langs voor het verwisselen van de verblijfskatheter. Dit is soms heel moeilijk omdat ik vanwege mijn MS ook vaak last heb van spasmen. Samen zijn we er achter gekomen dat het wel lukt als ik in de tillift hang omdat ik dan beter kan ontspannen.

Aan de verblijfskatheter zit mijn urinezak gekoppeld, een kleine voor overdag en een grote voor 's nachts. Niet iedere medewerker van de thuiszorg is echter bekend met het verwisselen van de urine opvangzak. Ik ervaar steeds een andere manier van verzorging. En dat is niet altijd prettig. Door overdag ook een grote zak te gebruiken, hoeft deze minder vaak verwisseld te worden en maakt het mij minder afhankelijk van de beschikbaarheid van de thuiszorg. Ik probeer het soms zelf, maar door mijn ziekte en beperkte handfunctie is dit heel lastig. Nu vraag ik mij af of ik volledig over kan stappen naar de grote nachtzak voor overdag. Is het mogelijk om dit standaard geleverd te krijgen? Het zou mij heel veel stress en kopzorgen schelen.

Mevrouw S. V. uit Delft

Beste mevrouw V.

Bedankt voor uw brief. MS is een ziekte waar we in Nederland helaas steeds meer over horen. In ons land hebben meer dan 17.000 mensen MS.

Het is ook een ziekte die zich bij iedereen anders ontwikkelt en waarbij je nooit vooraf weet hoe het gaat lopen. Wat voor ons vooral belangrijk is, is dat u de hulpmiddelen ontvangt die passen bij uw specifieke situatie. En die u in staat stellen om zo goed mogelijk te participeren in de samenleving. Met uw ziekte, en de lichamelijke beperkingen die deze met zich meebrengt, heeft u een andere zorgbehoefte dan iemand die nog mobiel en volledig zelfstandig is. Daarom zullen we altijd kijken naar de best passende oplossing! Ons advies zou zijn om gebruik te gaan maken van een meerdaagse zak met een hefboomkraantje, deze zijn eenvoudig te legen. Een medewerker van onze klantenservice kan dit met u bespreken en indien nodig het advies vragen van een verpleegkundige.



“Er staat altijd
wel ergens
een deur
open. Je moet
alleen weten
waar”

In 2000 sloeg paardentrainer Margret IJdema - Groot met het renpaard Narrow Escape over de kop. Waar het paard zijn naam eer aan deed, kwam Margret er bepaald niet zonder kleerscheuren vanaf. Zij liep meerdere botbreuken en een dwarslaesie ter hoogte van de navel op. Negentien jaar later strijdt zij als triatleet om de prijzen en maakt ze deel uit van het Paralympisch team.

Tekst Marco Beentjes | Foto's Caroline Westdijk

Adeemhalen en gasgeven

We zijn vandaag op bezoek in Noord-Holland, bij Margret. Zij is 43 jaar, moeder van Bridt en Anna, vrouw van Patrick en topsporter. Daarnaast verzorgt ze lezingen om mensen met een dwarslaesie een positief steuntje in de rug te geven en te laten zien hoe zij in het leven staat. Margret is een vrouw die de hele wereld over reist, het internationale wedstrijdprogramma van triatlons achterna. Ze staat momenteel vierde op de wereldranglijst en wil volgend jaar een medaille winnen op de Paralympische Spelen. Margret is een doorzetter, die de heldenstatus in de ogen van haar dochter al tien jaar eerder verwierf, toen zij op het schoolplein tegen vriendinnetjes verkondigde: "Mijn mama is zó knap, die kan door een rietje plassen!"

Revalidatie

"Ik was 24 jaar en had helemaal geen tijd om in het ziekenhuis te liggen", vertelt Margret over de periode vlak na het ongeluk. "Ik stond vol in het leven, trainde dravers en renpaarden en was 60-70 uur per week aan het werk. Als gevolg van mijn dwarslaesie was ik ineens beperkt in mijn lichaamsfuncties. Ik kwam in een rolstoel terecht en moest mezelf katheteriseren. Het heeft lang geduurd voordat ik dat kon accepteren. Lastig voor mij, maar ook voor mijn vriend – nu mijn man. Hij had ook zoiets van: 'Ja, en nu?' We woonden net een paar maanden samen."

Ze vervolgt: "Ik heb zeker wel 11 maanden moeten revalideren. Niets was goed in die periode. Omdat

je niet bent waar je wilt zijn. Je kunt niet zeggen dat het goedkomt, want het komt niet helemaal goed. Iedereen vervolgt zijn of haar weg, maar je eigen weg is geblokkeerd. Alle deuren lijken dichtgeslagen. Desondanks moet je er toch wat van proberen te maken. Ik heb in die periode geleerd dat er altijd wel ergens een deur open staat, je moet alleen weten waar..."

Pijn accepteren

De lastigste medische consequenties - naast het niet meer kunnen lopen - vond Margret jeuk en zenuwpijn. Vanwege beschadigde zenuwen boven het laesieniveau heeft zij hier constant last van. Margret beschrijft het gevoel alsof er een stroomdraad blootligt en contact maakt. "Ik heb in het begin veel medicijnen gebruikt, maar die leidden op hun beurt weer tot bijwerkingen zoals loensende ogen en vergeetachtigheid", geeft ze aan. "Een rolstoel geeft duidelijkheid, maar pijn en jeuk kan niemand aan je zien. Dat is belastend en kost heel veel energie. Het is extreem lastig om je daarbij neer te leggen, maar uiteindelijk wel het beste. Weerstand bieden heeft geen zin. Want of er medisch gezien ooit een goede oplossing voor komt blijft onduidelijk. Het jagen op een onzichtbare oplossing voor mijn lichamelijke klachten draagt niet bij aan mijn geluk."

Een jaar of twee na het ongeluk kreeg het nieuwe leven van Margret langzaam vorm. "Ik ben vrijwilligerswerk gaan doen, omdat ik mijn oorspronkelijke beroep als paardentrainer niet kon

voortzetten. Ook heb ik veel gesolliciteerd, maar een betalende werkgever vinden was voor mij op dat moment moeilijk. In 2004 ben ik getrouwd en in datzelfde jaar is Bridt geboren. In 2006 volgde Anna. Dát is geluk. Ik ben enorm trots op die twee meiden!”

Zwangerschap

Margret is dan ook blij dat zij zich niet heeft laten weerhouden door de bedenkingen van diverse gynaecologen op haar pad. Littekenweefsel en andere medische risico's zorgden voor veel weerstand, tot zij iemand vond die de benodigde steun gaf om invulling te geven aan de kindervens. Al bleek een kindje krijgen voor het stel inderdaad geen eenvoudige opdracht. Aan de geboorte van de eerste ging een aantal miskramen vooraf. Margret: “Dat was

Paarden

Ondanks de noodlottige val van het renpaard mocht haar eigen paard, een draver genaamd Herby Lobell, gewoon blijven. Nu, 19 jaar later, staan er een trekpaard en een nieuwe draver op haar erf. Herby is inmiddels weggefallen. “Mijn meiden doen nu voornamelijk de verzorging. Ik doe het regelwerk, zoals de bezoeken van de veearts en het laten legen van de mesthoop. Ook houd ik de gezondheid van de paarden goed in de gaten, dat was immers een onderdeel van mijn werk.” Achter haar knikt dochter Bridt bevestigend: “Daar heeft ze nog steeds een goed oog voor!”

In 2014 deed Margret IJdema mee aan de HandbikeBattle in Oostenrijk. Deze wedstrijd wordt breed gezien als een soort

“De manier waarop ik mijn leven wil leiden is het uitgangspunt. Niet mijn aandoening”

wel heftig. We waren bijna bereid om de handdoek in de ring te gooien toen Bridt zich aandienende. En dat vormde slechts de aanloop. Na 38 weken zwangerschap had ik het gevoel dat mijn lichaam uit elkaar zou knappen. De geboorte inleiden bleek ineens geen optie meer, wat vooraf wel besproken was. De richtlijnen waren aangepast. “Tja, dat doen we tegenwoordig niet meer, mevrouw’.”

Haar oudste dochter woog bijna 5 kilo bij de geboorte, evenals de jongste. Zij kwamen op de normale manier ter wereld. “Hoewel, als dát de normale manier is, vrees ik dat de mensheid gedoemd is tot uitsterven”, lacht ze wrang. “Ik noem het eerder dr. Pol-bevallingen, waar nog nét geen tractor aan te pas kwam. Ik had veel bloed verloren en legde zelf bijna het loodje. Na de tweede zei mijn man: ‘nu is het genoeg. We laten het hierbij’.”

visvijver voor topsport. Margret viel op en werd door bondscoach Bas de Bruin benaderd om eens mee te trainen voor triatlons in de rolstoelklasse: 750 meter zwemmen in buitenwater, 20 kilometer fietsen en 5 kilometer wheelen. Allemaal op armkracht. Twee jaar geleden had ze haar eerste wedstrijd, waarin ze voor het eerst alle onderdelen achter elkaar uitvoerde.

Triatlons

“Ik fietste en zwom wel veel, maar niet op dit niveau”, vertelt de atleet. “Op armkracht zwemmen in buitenwater is sowieso een prestatie op zich. Je hebt te maken met golfslag en stroming. Daarbij staan er geen lijnen op de grond zoals in het zwembad, dus je moet navigeren op boeien. Vervolgens ga je vanuit het water de rolstoel in, trekt je wetsuit uit en neemt plaats op de handbike. Tenslotte verruil je de handbike voor de wheeler – die ik gekscherend wel eens mijn





hardloopschoenen noem. Dan is het ademen en gasgeven! En zorgen dat je binnen anderhalf uur over de finish komt. Tijdens die eerste wedstrijd werd ik vierde. Ik vond dat eigenlijk wel heel leuk en stoomde door naar de top.”

In acht internationale wedstrijden probeert Margret dit seizoen zoveel mogelijk punten te vergaren om te worden geselecteerd voor deelname aan de Paralympische Spelen 2020 in Tokio. Die wedstrijden brengen haar o.a. in Milaan, Yokohama, Canada en Besançon. Een intensief programma. “Maar vooral heel gaaf,” grijnst ze zelf. “Gelukkig regelt mijn moeder veel thuis. En de meiden zijn sowieso heel zelfstandig opgevoed. Onze familie functioneert als team, waarbij iedereen gewoon meewerkt. We hangen samen de was op, we dragen samen de boodschappen. Ik kan niet alles alleen. Daarbij moet je als topsporter ook regelmatig rust nemen om te herstellen.”

Continentiehulpmiddelen

Vanuit het revalidatiecentrum is destijds gezocht welke continetiehulpmiddelen het best bij Margret passen. De ontlasting ging al vrij snel redelijk goed, met behulp van medicijnen en goed blijven opletten. Haar blaas moest zij leren katheteriseren. Maar door het leven als topsporter werd het noodzakelijk om zelf verder te gaan zoeken naar passend materiaal. “Bijvoorbeeld naar eenmalige katheters die ik gemakkelijk mee kon nemen op reis”, stipt zij aan. “Een compact katheter werkt voor mij heel goed.”

Tijdens het reizen en bij lange afstanden sporten gebruikt ze een verblijfskatheter in combinatie met een 2-literzak. “De Klantenservice van Mediq CombiCare heeft mij goed ondersteund bij mijn zoektocht. Daarnaast vraag ik bij iedere bestelling altijd specifiek om stroopwafels. Dat is voor ons niet zomaar een aardigheidje. Het is altijd een feestje wanneer zo’n pakketje binnenkomt. Zeker met kinderen! Ik denk dat de Klantenservice zich er niet eens zo van bewust is hoeveel dat voor ons betekent.”

“Mijn mama is zó knap,
die kan door een rietje
plassen!”



Voor de wedstrijden zorgt ze dat haar blaas goed leeg is. Maar waar andere sporters hun vochtinname precies uitrekenen, vindt Margret het belangrijker om goed gehydrateerd te zijn. En mocht haar blaas het onverhoopt niet houden: “Jammer joh, als ik me daarmee bezig moet houden dan ben ik al geklopt!” Toch had ze het hier in het begin wel moeilijk mee. “Met medailles in zicht wordt die gedachte naar de achtergrond verdrongen. In de parasport is het normaal dat iedereen wat mankeert, dus kijkt niemand ervan op. Het doel staat voorop.”

Initiatief nemen

En dat doel heiligt de middelen, zoveel is wel duidelijk. Want Margret stelt de manier waarop zij haar leven wil leiden centraal. En niet haar aandoening. “Anders kan je beter



een bak geraniums kopen om achter te gaan zitten kniezen,” luidt haar mening. “Je moet kijken wat bij jou past. Dan bedoel ik natuurlijk continentiemateriaal, maar ook de hulpmiddelen die je vanuit de gemeente krijgt aangereikt, zoals een rolstoel. De standaard voorzieningen zijn nuttig, maar vaak beperkt. En dat is prima als je niet meer nodig hebt. Betere hulpmiddelen zijn er wel, maar daar moet je zelf achteraan. Het heeft natuurlijk ook met de kosten te maken.”

Ter illustratie: ze heeft door een gespecialiseerde fietsenmaker in Haarlem destijds een fiets laten bouwen waarmee ze zichzelf, haar meiden en andere noodzakelijkheden kon vervoeren. “Het alternatief was zelf een nieuwe auto kopen en deze op kosten van de gemeente laten aanpassen, maar dat wilde ik niet. Met een fiets kon ik prima uit

de voeten en zo kwamen mijn kinderen ook nog eens buiten. Als je zelf geen initiatief neemt, gaan andere mensen je leven voor je invullen.”

Toekomst

Die doelgerichte instelling heeft Margret gebracht tot waar ze nu staat: aan de vooravond van de Paralympische Spelen in 2020. “Ik moet nu in alle wedstrijden bewijzen dat ik medaillewaardig ben, vormbehoud tonen en aan het eind minimaal zesde op de wereldranglijst staan. Het is voor mij dus zaak om al die jonge meiden voor te blijven”, zegt ze lachend. Vol zelfvertrouwen voegt ze daar tot slot aan toe: “Daar heb je wel doorzettingsvermogen voor nodig, maar daar barst ik gelukkig van.”

SpeediCath® Flex

Nu verkrijgbaar in pocket-size verpakking

NIEUW



Passend in het dagelijks leven

Zowel de katheter als de verpakking zijn **hersluitbaar**. Zo kan de katheter onopvallend worden meegenomen en weggegooid na gebruik. Ook kan de katheter eenvoudig worden aangesloten op een **urine-opvangzak**, waardoor katheteriseren zittend in een rolstoel en op bed gemakkelijker wordt. De verpakking is volledig aluminiumvrij om de CO² footprint te verkleinen.

Gemakkelijk katheteriseren

Door de **flexibele katheter** met **bolvormige tip** kan de katheter gemakkelijk worden ingebracht. De katheter centreert zich in de urinebuis en volgt hij eenvoudig alle bochten.

No-touch katheteriseren

De **zachte inbrenghulp** geeft controle tijdens het inbrengen zonder de kathetertip aan te hoeven raken. Met de **droge beschermhoes** blijven uw handen droog en kan de katheter gebruikt worden zonder deze aan te raken.



Ervaar zelf de zekerheid van de nieuwe SpeediCath Flex Pocket-size!

Bel 0800 022 98 98 of kijk op www.coloplast.nl/flex



SpeediCath® Flex



Absorin

Een passende oplossing
voor iedereen

De ene vorm van incontinentie is de andere niet en elk lichaam is anders. Het brede assortiment incontinentiematerialen van Absorin biedt een passende oplossing voor iedereen: een licht product als het kan, een zwaarder product als dat nodig is. De producten van Absorin staan bekend om hun draagcomfort en perfecte pasvorm.

Wilt u meer weten over het gebruik van Absorin producten of een deskundig advies?

Neem dan contact op met onze gespecialiseerde medewerkers via telefoonnummer **0800 - 2004** of **info@absorin.nl** of kijk op **www.absorin.nl**.

absorin[®]

Absorin[®] is een merk van Mediq.

Ons eigen  merk

OPROEP

Heeft u een bijzonder levensverhaal of bent u een actieve levensgenieter en wilt u uw ervaring graag delen met anderen? Dan zijn wij op zoek naar u!

Mail in het kort uw verhaal en/of ervaring samen met uw naam en telefoonnummer naar: **redactie@mediqcombicare.nl** en wie weet nemen wij contact met u op voor een interview. Wij horen graag van u.



DE ONTWIKKELING VAN ABSORBEREND CONTINENTIEMATERIAAL

De hoogwaardige absorberende verbanden waar we nu mee werken zijn niet zomaar uit de lucht komen vallen. Daar ging een hele ontwikkeling aan vooraf. We nemen u in vogelvlucht mee langs de meest opmerkelijke veranderingen.

In Nederland werden tot de jaren '60 van de vorige eeuw wasbare katoenen luiers gebruikt voor de opvang van urine. Hydrofiele doeken (rechthoekige lappen absorberende stof) werden tot luier gevouwen en met veiligheidsspelden vastgezet. In 1950 werden deze gevouwen hydrofiele doeken op de markt gebracht ter vervanging van losse doeken.

De wegwerpluier

De Amerikaanse Marion Donovan begon als eerste te experimenteren met waterdichte overtrekbroekjes voor babyluiers. In 1946 maakte zij zo'n broekje van een oud douchegordijn. Dit beschermde het beddengoed tegen nattigheid en wordt gezien als de eerste aanzet in de ontwikkeling van de wegwerpluier. Gedurende de jaren

'60 kwam de wegwerpluier voor kinderen op de Europese markt. Enige tijd na het uitbrengen van de kinderuitvoering volgde een versie voor volwassenen.

In de jaren '70 werd het eerste continetieverband met plakstrips geïntroduceerd. Hiermee werd echt ingespeeld op een behoefte van de mensen om de aansluiting op het lichaam te verbeteren. Aandacht voor de pasvorm nam verder toe: hiermee kon lekkage steeds beter worden voorkomen.

Steeds specifiekere

In de loop van de jaren '80 werd in de ontwikkeling van continetieproducten voor het eerst echt gelet op de anatomische verschillen tussen mannen en vrouwen. Er kwamen inleggers op de markt voor vrouwen, waar zelfs op televisie reclame voor werd gemaakt. Dit was taboedoorbrekend voor die tijd! Ook ontwikkelde men in deze periode nieuwe technologie: speciale korrels die urine konden omzetten in gel. Deze gel zorgde er ook voor dat de luchtjes 'verdoezeld' werden.

In de loop der jaren uitten mensen steeds specifiekere wensen op het gebied van continetiezorg, ook vanuit



1946

Wegwerpluier



1978

Introductie plakstrips

1950

1960

1970



1960

Bedbescherming



CONDOOMKATHETER

De externe katheter, in de volksmond ook wel condoomkatheter genoemd, is een mooi voorbeeld van product-innovatie. Dit is een alternatief voor mannen die (vrijwel) een volledige blaasinhoud verliezen en geen absorberend materiaal of reguliere katheter willen of kunnen gebruiken. De externe katheter ziet eruit als een condoom met een trechtertje. Aan dit trechtertje kan een slang met een urinezak worden bevestigd. Een condoomkatheter kan zowel 's nachts als overdag worden gebruikt.

de verzorging. Om in te spelen op die behoefte verscheen in de jaren '90 onder andere absorberend materiaal met een speciale heupband. Bijvoorbeeld voor mensen die met een staande tillift werden verpleegd.

In het begin van deze eeuw werd de manneninlegger op de markt gebracht: een inlegverband met een verbreed stuk aan de voorzijde, waardoor het goed aansluit bij de anatomie van de man. Een inlegger is ook een goede oplossing voor mensen die te maken hebben met ongewenste natte winden. En ook daarna hebben ontwikkelingen niet stil gestaan. Fabrikanten van continenthulpmiddelen zijn dagelijks bezig met bedenken en testen van nieuwe varianten en producten die aansluiten bij de huidige behoeftes. Zoals fixatiebroeken, die in plaats van het katoenen ondergoed kunnen worden gebruikt. Of materiaal voorzien van een urine-indicator, waarmee je door kleurverandering kunt zien wanneer het materiaal verzadigd is.

Hoe continentiematerialen er in de toekomst precies uit gaan zien? Dat is natuurlijk koffiedik kijken. Maar we houden u op de hoogte! En twijfelt u of u het juiste materiaal gebruikt? De medewerkers van Mediq CombiCare denken graag met u mee.

Wilt u advies om te kijken of een condoomkatheter voor u een geschikte oplossing zou zijn? Neem dan contact op met een van onze verpleegkundigen op telefoonnummer 0800 - 023 78 35.



1999

Producten met heupband

2016

Producten met indicator



1980

1990

2000

2010

2019

1982

Verschillende producten voor mannen en vrouwen



2003

Manneninlegger



Goedendag, u spreekt met...

Klanten en professionals in de zorg melden zich dagelijks bij de Klantenservice van Mediq CombiCare. Onze medewerkers staan iedereen met een luisterend oor te woord. Soms zijn de vragen of problemen zeer specifiek en is er verpleegkundige kennis nodig. In al deze gevallen staan onze zorgdeskundigen voor u klaar!

Mediq CombiCare heeft zorgdeskundigen in dienst die gespecialiseerd zijn op het gebied van continentiezorg. Deze zorgdeskundigen overleggen met continetieverpleegkundigen in ziekenhuizen en geven advies aan verpleegkundigen in de wijk. In het advies voor een specifiek hulpmiddel wordt rekening gehouden met de specifieke stoornis of beperking van de eindgebruiker en met de participatiemogelijkheden in het dagelijks leven. Komt iemand veel buiten, wat voor sport beoefent iemand, heeft een persoon een beperkte handfunctie? Als dit soort zaken worden hierin meegenomen.

Daarnaast geven onze zorgdeskundigen ook scholingen door heel Nederland en houden zij de ontwikkelingen in de markt en (product)innovaties nauwlettend in de gaten.

Daarnaast zijn onze zorgdeskundigen met al hun kennis en ervaring ook een vraagbaak voor collega's en klanten! Als een telefonisch overleg niet voldoende blijkt om tot een oplossing voor een probleem te komen, dan bezoeken onze zorgdeskundigen de patiënt in de thuissituatie. Samen met de gebruiker (en eventueel een mantelzorger) wordt elke keer weer gezocht naar de best passende oplossing.

In dit artikel laten wij u graag kennis maken met onze deskundige collega's.



Ingrid Sinke

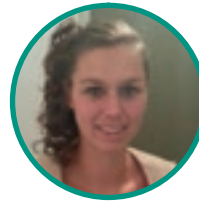
Zorgdeskundige Urologie & Continentiezorg

Ik zal mij even voorstellen, ik ben Ingrid (61 jaar) en vanaf 1999 werkzaam bij Mediq. Ik woon in het zuiden van het land, ik ben moeder van 2 (volwassen) kinderen en oma van een prachtige kleindochter. In mijn vrije tijd ga ik vaak tennissen, hou ik van zingen en ga ik graag weekendjes weg met vriendinnen of gezellig naar het theater. Daarnaast hou ik van reizen en wil ik nog veel van de wereld zien.

Als verpleegkundige heb ik al meer dan 20 jaar ervaring zowel in het ziekenhuis als in de thuiszorg. Ik ben begonnen als obstetrie-verpleegkundige en heb daarna gewerkt als wijkverpleegkundige en diabetesverpleegkundige. Binnen Mediq heb ik ook meerdere functies vervuld binnen de stoma- en continenzorg. Sinds begin van dit jaar ben ik gestart in de functie van zorgdeskundige.

Huisbezoek

Als zorgdeskundige ga ik, indien nodig, bij mensen thuis langs. Laatst werd ik gebeld door een continenzieverpleegkundige uit de regio Utrecht. Zij had telefonisch contact gehad met een patiënt die rolstoelafhankelijk is door de ziekte MS en daardoor niet op polibezoek kon komen. Er moest gekeken worden naar het juiste materiaal voor deze patiënt en dit was telefonisch heel lastig in te schatten. Dan is een huisbezoek echt een uitkomst! Ik ben op bezoek geweest bij deze vrouw, heb verschillende materialen laten zien en laten voelen. Samen met mevrouw zijn we tot een passende keuze gekomen. We hebben dit materiaal voor haar besteld. Mevrouw is hiermee aan de slag gegaan en er is afgesproken dit na 2 weken te evalueren. De continenzieverpleegkundige uit het ziekenhuis heb ik op de hoogte gesteld van de uitkomst van het bezoek. Zo organiseren we met elkaar goede zorg.



Janine Kelder

Zorgdeskundige Urologie & Continentiezorg

Mijn naam is Janine. Ik ben per 1 februari gestart bij Mediq CombiCare in de rol van zorgdeskundige. Ik ben geboren en getogen in Meppel en woon daar samen met mijn partner in een appartement iets buiten het centrum. In mijn vrije tijd doe ik graag mee aan obstakelruns. Een flinke uitdaging door weer en wind. Ook ga ik graag naar feestjes met vrienden, en ben altijd de bob. Als zorgdeskundige bij Mediq CombiCare werk ik samen met mijn collega Ingrid Sinke. Het is een zeer afwisselende functie, ik spreek veel mensen aan de telefoon maar ik kom ook bij de mensen thuis.

Deskundig productadvies

Tijdens mijn dagelijkse werk spreek ik veel verpleegkundigen of mantelzorgers die bellen voor advies. Recent sprak ik met de moeder van een jongen van 5 jaar oud. De jongen had een ontwikkelingsachterstand en zat in een rolstoel in verband met een spierziekte. Door deze spierziekte kan hij niet op een normale manier ontlasten en maakt hij gebruik van een rectaal katheter. De specifieke katheter die hij hiervoor altijd gebruikte, ging uit de handel. De moeder had al heel veel nieuwe varianten geprobeerd, maar niets naar tevredenheid. De meeste katheters waren te zacht en te slap. Ze was redelijk radeloos en gefrustreerd. Wat nu? Gelukkig kon ik hier mijn toegevoegde waarde als zorgdeskundige laten zien door een passend alternatief te bieden. Na levering heb ik haar teruggebeld om te vragen of het beviel. De moeder gaf aan zeer content met dit alternatief te zijn. Gelukkig waren zij en haar zoon hiermee geholpen. Als zorgdeskundige kan je net dat stukje meer bieden in een bijzondere situatie. Dat geeft een voldaan gevoel.

Snel, veilig en hygiënisch kunnen katheteriseren, dat vinden wij van Curan en OmniMedical belangrijk voor u.

Ervaar Curan Man of Curan Lady

De compacte gebruiksklare katheter voor thuis of onderweg



De voordelen van Curan:

- ✓ **Direct klaar voor gebruik**
Geen wachttijd, katheter is al geactiveerd door de gelcoating
- ✓ **Comfortabel**
Vermindert branderig gevoel
- ✓ **Gladde gepolijste 'ogen'**
Voor een goede urineafvoer en bescherming van de plasbuis
- ✓ **Gebruiksvriendelijk**
Eenvoudig te openen en lekvrij

"Met mijn verminderde handfunctie heb ik een katheter nodig die makkelijk is te openen. De Curan Lady is voor mij de uitkomst."



"Dankzij de lekvrije katheters van Curan Man kan ik mijn oude ritme weer oppakken."

OmniMedical
the WISIT company

*De Curan Man (30 cm) is verkrijgbaar in CH12 t/m CH16 en Curan Lady (8,5 cm) in CH08 t/m CH14

Wilt u een gratis proefpakket ontvangen? Ga naar www.omnimedical.nl of bel 0344-65 14 44

Coloplast en u. Sterker samen.

Sinds de oprichting van Coloplast in 1957 hebben we nauw samengewerkt met zorgprofessionals en gebruikers van onze producten om oplossingen te ontwikkelen die aansluiten op hun specifieke behoeftes.

Voor mannen zijn uit deze samenwerking baanbrekende producten ontwikkeld zoals:



SpeediCath® Compact Man

De eerste compacte mannenkatheter ter wereld. Door het specifieke en compacte ontwerp is de katheter overal en altijd praktisch en hygiënisch in gebruik.



NIEUW!

SpeediCath® Flex

De eerste katheter met een droge beschermhoes en bolvormige tip voor hygiënisch en gemakkelijk katheteriseren. Ook in pocket-size verkrijgbaar.



Conveen® Optima

De Conveen Optima externe katheter vormt samen met onze urine-opvangzakken een veilig en discreet urine-opvangstelsysteem.

Probeer deze producten of lees meer op: www.coloplast.to/oplossingmannen

Coloplast en u. Sterker samen.



Coloplast

The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2019-04. All rights reserved Coloplast A/S, 3050 Humlebaek, Denmark.

Robot helpt kinderen *met poepen en plassen*

Hij is wit, van plastic en heeft een grote Ipad op zijn buik. Robot Pepper is fulltime te vinden op de PIPO-poli (speciaal voor kinderen met plas- en poepklachten) van het Máxima Medisch Centrum (MMC).

Trouwe collega

Hij leest boeken met je, doet quizjes, vertelt over hoe je het beste naar de wc kunt gaan en hoe plas eigenlijk gemaakt wordt. Pepper helpt kinderen inzicht te krijgen in hun poep- en plasproblemen. Dat is normaal gesproken de taak van de verpleegkundigen, maar zij hebben er nu dus een trouwe collega bij.

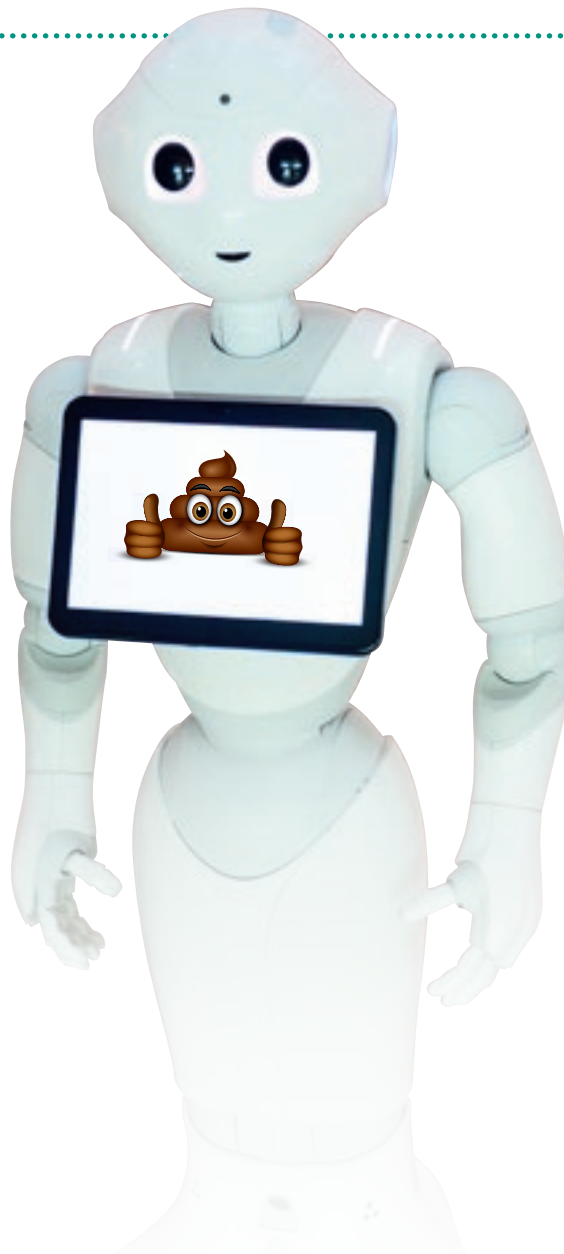
“We hopen dat de kinderen met Pepper beter de informatie onthouden en sneller doorhebben wat zij kunnen doen om hun problemen op te lossen”, zegt Nicole Toebast van het MMC. Pepper is bedoeld voor kinderen van vier tot twaalf jaar en is ook ingesteld op het niveau van deze kinderen. “Kinderen van nu zijn gewend om om te gaan met elektronische apparaten, daarom denken we dat deze zorgrobot goed zal aansluiten bij hun belevingswereld.”

Werkzaamheden uitbreiden

En als inderdaad blijkt dat dat het geval is, worden de werkzaamheden van Pepper uitgebreid. Want wie wil nu niet een collega die nooit te laat komt en altijd doet wat er moet gebeuren? “Voor nu is Pepper vooral een aanvulling op ons werk, een vast onderdeel van de zorg op de PIPO-poli. Mocht de proef werken en de kinderen inderdaad positief reageren op de interactieve leeromgeving van Pepper, dan willen we Pepper voor meer dingen inzetten”, zegt Toebast.

De robot zou namelijk ook goed van pas komen op de kinderdagbehandeling en misschien zelfs ook voor de ouderenzorg. “Stel je voor dat Pepper

een demente oudere structuur kan bieden of kan afleiden, dat is toch geweldig?” In een verre toekomst zou de robot misschien zelfs taken uit handen kunnen nemen, waardoor de druk in de zorg af zou kunnen nemen. “Dan hebben we het wel over een verre toekomst, want zover is het nog lang niet”, aldus Toebast. “Maar de techniek ontwikkelt zich snel.”



Bron: Metronieuws © 2018 Anne Kersten

Zorginnovaties *om te volgen*

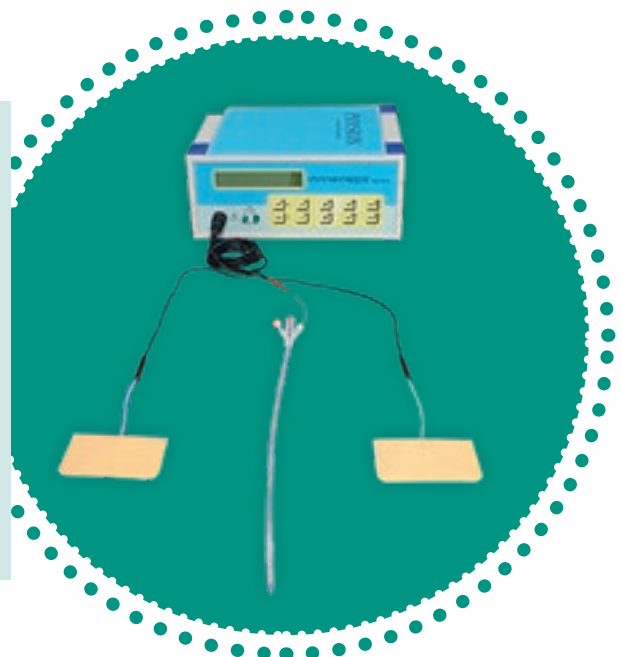
Nationaal en internationaal worden er momenteel technologieën ontwikkeld die mogelijk een rol van betekenis gaan spelen in de behandeling van mensen met continetieklachten. Interessant voor de toekomst! We lichten er vier uit.

1 NAAM: **IALUADAPTER** TOEPASSING: **BLAASSPOELING**

De ialuadapter is een soort stopje dat bij zowel mannen als vrouwen in de plasopening kan worden gebracht, waarna je de blaas kunt spoelen zonder een katheter. Het inbrengen en verwijderen van een katheter veroorzaakt namelijk vaak urineweginfecties. De ialuadapter is ontwikkeld in Hongarije en ook al volop in gebruik in Italië. De ialuadapter is nog niet verkrijgbaar op de Nederlandse markt.

2 NAAM: **EMDA** TOEPASSING: **BLAASSPOELING**

EMDA is een afkorting voor Electro Motive Drug Administration: een systeem waarop je een speciale katheter kunt aansluiten. In die katheter zit een soort verwarmingselement. Ten gevolge hiervan ontstaat een golfwerking in de blaas, waardoor spoelvloeistof dieper in de wand kan doordringen. EMDA wordt al gebruikt in klinieken voor spoeling bij blaaskanker. In Duitsland is men sinds kort ook gestart met toepassing bij blaaspijnsyndroom (Interstitiële Cystitis).



3 NAAM: **SLIMME LUIER** TOEPASSING: **WEL OF NIET VERSCHONEN**

De vergrijzing in Nederland brengt - in combinatie met het tekort aan personeel in de zorg - grote uitdagingen met zich mee. Meerdere fabrikanten van absorberend verband werken daarom aan een 'slimme luier'. Deze bevat een sensor in het absorberend materiaal, die nauwkeurig de vochtinhoud (dus verzadiging) meet. Zorgverleners ontvangen een digitale melding wanneer het materiaal moet worden vervangen, waarmee onnodige (nacht)verschoningen en lekkages worden voorkomen. De slimme luier wordt op dit moment in Nederland nog niet vergoed.

4 NAAM: **PARTICIPATIENT APP** TOEPASSING: **KATHETERISEREN**

Het internet vormt een belangrijk medium waarop we interessante ontwikkelingen zien plaatsvinden. Eén daarvan is de Participatier app. Robbert Bentvelsen van de afdeling Medische Microbiologie van het LUMC heeft deze app voor de smartphone ontwikkeld. Patiënten met een verblijfskatheter kunnen hiermee monitoren of het hulpmiddel aan vervanging toe is en indien nodig vragen stellen aan hun behandelend arts. Deze app kan de kans op urineweginfecties verkleinen.

GANGBARE VERSUS NIEUWE PRODUCTEN

Om de meest effectieve oplossing in continentiezorg te kunnen bieden hebben we meestal voldoende aan de gangbare hulpmiddelen. Deze zijn gewoon in Nederland verkrijgbaar en worden vergoed door de zorgverzekeraar. Dat betekent natuurlijk niet dat de

ontwikkelingen op het gebied van continentiezorg stil staan. Integendeel zelfs.

En het blijft interessant om deze innovaties in de gaten te houden. Wie weet raken ze in de toekomst net zo ingeburgerd als uw huidige hulpmiddelen!

INNOVATIES IN DE CONTINENTIE- ZORG



Vanuit de beroepsvereniging van continetieverpleegkundigen wordt op overkoepelend niveau gewerkt aan een innovatie in de manier van voorschrijven van materiaal. Deze vernieuwende methode moet een kwaliteitsverbetering teweegbrengen in de continetiezorg. Maar wat merk je daar als patiënt nu concreet van? “Dat iedereen vanaf nu altijd direct het hulpmiddel krijgt dat het best bij hen past,” vat **Thessa Segeren-Boetzkes** kort en duidelijk samen.

Tekst Marco Beentjes | Foto's Caroline Westdijk

Als iemand over innovatie en kwaliteitsverbetering kan meepraten is het Thessa Segeren. Deze gespecialiseerd verpleegkundige uit het Amphia Ziekenhuis in Breda is voorzitter van de vereniging van continetieverpleegkundigen en verzorgenden. In die hoedanigheid nam zij de afgelopen vier jaar deel aan het Platform Continetie Hulpmiddelenzorg, geïnitieerd door het Ministerie van VWS. De deelnemers van dit platform moesten een passend antwoord verzinnen op de vraag: hoe kan de zorg zo worden gestructureerd dat de juiste continetiehulpmiddelen bij de mensen komen? Thessa's bevolgen inzet voor kwalitatieve innovatie

in de zorg bleef niet onopgemerkt; het leverde haar in 2018 de titel ‘Continetieverpleegkundige van het Jaar’ op.

Effectief voorschrijven op 1 A4

“We hebben mooie resultaten behaald”, als ze terug kijkt op haar bestuurlijke werk in de afgelopen vier jaar. “In het verleden liet het voorschrijven te veel ruimte voor eigen interpretatie en persoonlijke voorkeuren, en daar moesten we vanaf. De selectie van de beste continetiehulpmiddelen per individuele patiënt noemen we ‘functioneringsgericht voorschrijven’ (zie het kader voor gedetailleerde uitleg, red.). Het heeft wat voeten in

aarde gehad, maar nu is op één A4'tje beschreven hoe je dit voortaan dient te doen. Op papier én binnenkort in een digitaal document.”

Dit betekent overigens niet dat door de voorschrijvers in het verleden een ongefundeerde productkeuze werd gemaakt. Ook voorheen kwam de productkeuze tot stand op basis van de mogelijkheden van de eindgebruiker. Maar met deze nieuwe methode is de wijze van selecteren eenduidig en vooraf gedocumenteerd. Door dit document digitaal te maken kunnen alle leveranciers van continetie hulpmiddelen, waaronder de medisch speciaalzaken, het functioneringsgericht voorschrijven

in de komende periode inbouwen in hun eigen digitale werkomgeving voor de aanvraag en selectie van materiaal. Tot die tijd kan gewerkt worden met de papieren versie, zodat iedere voorschrijver op dezelfde manier functioneringsgericht voorschrijft. Deze afgesproken manier van werken is vastgelegd in een kwaliteitsstandaard, die op zijn beurt is opgenomen in het Register van Zorginstituut Nederland.

Wat betekent dit voor gebruikers van continetiehulpmiddelen?

Deze manier van voorschrijven leidt tot een hoge mate van duidelijkheid. Thessa Segeren: “Er is geen ruimte meer voor misverstanden of vrije interpretaties. Iedere individuele patiënt krijgt het voor hem of haar juiste hulpmiddel. Daarvoor moet de voorschrijver wel

“Deze resultaten zijn alleen mogelijk dankzij mijn achterban”

een goed beeld hebben van die persoon. Voorschrijven aan de hand van een telefoongesprek is dan ook uitgesloten: er moet ‘face to face’ contact zijn”, aldus de verpleegkundige. “Tegelijkertijd wordt de informatievoorziening naar de patiënt beter. Zij zullen goed worden geïnformeerd over de rechten en plichten aangaande de verstrekte hulpmiddelen.”

Dat gebeurt via een brochure die digitaal is te downloaden van de website van Mediq CombiCare en van de website www.hulpmiddelenwijzer.nl/informatie/continentie. Daarnaast hebben de zorgverzekeraars het dringende verzoek gekregen om transparant te zijn over de te verstrekken vergoedingen.

Het belangrijkste doel van het Platform Continentie Hulpmiddelenzorg is nu bereikt. Een mooi moment om samen met de voorzitter van de beroepsvereniging naar de toekomst te kijken. Want wat

WAT IS FUNCTIONERINGSGERICHT VOORSCHRIJVEN?

Functioneringsgericht betekent dat bij het bepalen van de benodigde functionaliteiten van een hulpmiddel, rekening wordt gehouden met aan de ene kant de specifieke stoornis of beperking en anderzijds de participatiemogelijkheden van de persoon die een medisch hulpmiddel nodig heeft. Daarnaast moet het keuzeproces van voorschrijven transparant en doelmatig zijn.

Stap 1:

Bepalen van functionaliteit

Het uitgangspunt is de medische situatie van de patiënt. Wat zijn de specifieke kenmerken van de aandoening in dit specifieke geval. Is er sprake van een afwijkende situatie en/of aanvullende complexiteit of is de medische beperking gangbaar en is een standaard oplossing afdoende.

Stap 2:

Rekening houden met participatiemogelijkheid

Een medisch hulpmiddel moet mensen in staat stellen hun leven zo goed als mogelijk op te kunnen pakken. De manier waarop mensen deelnemen aan het maatschappelijk leven, is hier een belangrijk onderdeel van. Bij de keuze voor een medisch hulpmiddel dient ook hier rekening mee te worden gehouden. Er wordt een ander medisch hulpmiddel ingezet voor iemand met een zwaar beroep, dan in het geval van

een permanente bedlegerige situatie.

Stap 3:

Transparant en doelmatig

De eerste stappen binnen functioneringsgericht voorschrijven gaan over productgroepen en types. In de laatste fase wordt de keuze gemaakt voor een specifiek product. Bij de uiteindelijke keuze speelt ook doelmatigheid een belangrijke rol. De gekozen oplossing moet niet alleen functioneel en efficiënt zijn, ook moet het redelijk zijn vanuit kostenperspectief. Dat betekent dat de gemaakte kosten bij voorkeur vallen binnen de verschillende vergoedingsstructuren van de verschillende zorgverzekeraars en dat we het maken van niet noodzakelijke kosten moeten voorkomen. Op deze wijze houden we goede zorg met elkaar betaalbaar.

(Bron: website MCC)

kunnen we in de continetiezorg verwachten van dit bestuurlijke werk? “Een afname van de verspilling van medische hulpmiddelen”, luidt haar voorspelling. “Door innovatie in de wijze van voorschrijven hebben wij van bovenaf de juiste voorwaarden gecreëerd om effectief te werken, maar ook zuinig. In mijn beleving moeten en kunnen de hoge zorgkosten in Nederland zeker omlaag.”

Toekomstbestendige zorg

“Daarbij zal binnen de keten nog duidelijker worden wie wát mag

op het gebied van voorschrijven van medische hulpmiddelen,” vult zij aan. “Dat betekent dat de patiënt nooit van het kastje naar de muur kan worden gestuurd. Tegelijkertijd zal de (mate van) vergoeding door de zorgverzekeraar voor de patiënt helderder in beeld komen. Kortom: we hebben in goede samenwerking een aantal positieve veranderingen in werking gezet en dat geeft mij alle vertrouwen in de toekomstbestendigheid van de continetiezorg.”



UITtips

toen en nu!

AUGMENTED REALITY-TOUR IN PHILIPS MUSEUM

T/M 2 APRIL 2020

Elke bezoeker van het Philips Museum kan nu met een tablet in de hand de wereld van Philips Design en de ideeën achter iconische producten ontdekken. Van de eerste grafische posterontwerpen van Louis Kalff uit 1925, via tijdloze designklassiekers naar de Philips-oplossingen van vandaag. De Philips Design Tour maakt gebruik van ARKit. ARKit betekent een revolutie in augmented reality. De tool maakt het mogelijk om uiterst nauwkeurig ruimten in kaart te brengen en die realistisch te voorzien van virtuele voorwerpen. Door gebruik te maken van interactie in de vorm van spellen en virtuele ruimtes waar je doorheen kunt wandelen heeft het Philips Museum daarmee een unieke museumervaring ontwikkeld.

Philips Museum Eindhoven, www.philips.nl/a-w/philips-museum/activiteiten.html

UNIEKE ERVARING: GENIETEN VAN EEN HEERLIJKE LUNCH IN EEN RIJDENDE STOOMTREIN!

T/M OKTOBER 2019

De stoomtrein, de meest spraakmakende uitvinding van de 19e eeuw. Op de Koningslijn rijdt de VSM nog met een groot aantal stoomlocomotieven, Nederlands historische diesellocomotieven en rytuigen door het schitterende landschap van de Veluwe en de IJsselvallei. Hier beleeft u een dagje spoorvervoer uit het verleden. Op alle zondagen t/m oktober (met uitzondering van Terug naar Toen) kunt u uw reis met de stoomtrein over de Veluwe uitbreiden met een overheerlijke lunch. Speciaal voor de lunch zal een origineel Wagon-Lits restauratierijtuig uit 1927 meerijden in de trein.

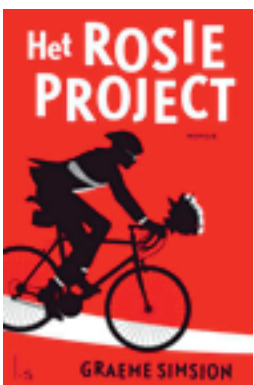
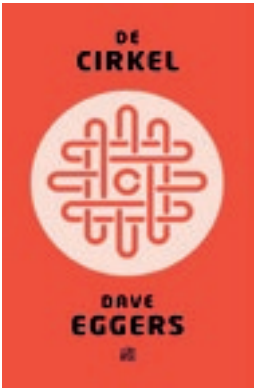
<https://www.stoomtrein.org/>

DE AFSLUITDIJK

HELE JAAR

Op de Afsluitdijk, bij Kornwerderzand, staat een markant gebouw, als een schuimkraag op de dijk: Het Afsluitdijk Wadden Center. Dit centrum biedt een totaalbeleving over Unesco Werelderfgoed Waddenzee, de (voor de wereld) unieke Vismigratierivier, het IJsselmeergebied en niet te vergeten de Afsluitdijk zelf. Tegen deze interactieve achtergrond krijgt de bezoeker een levendig beeld van de omgeving, maar ook van de vele waterbouwkundige en andere vernieuwende projecten die hier de komende jaren worden gerealiseerd in samenwerking met De Nieuwe Afsluitdijk. In het Afsluitdijk Wadden Center vind je een interactieve beleeftexpositie. Het centrum is geopend van maandag t/m zondag van 10 tot 18 uur. Ondanks het voornemen de afsluitdijk voor fietsers en wandelaars drie jaar te sluiten wegens werkzaamheden, stelt Rijkswaterstaat het fietspad deze zomer nog vier zondagen open.

Voor meer informatie kijk op www.afsluitdijkwaddencenter.nl



UITgelezen

BOEKEN OVER DE WERELD VAN NU

DE CIRKEL

Mae Holland kan haar geluk niet op als ze wordt aangenomen bij de Cirkel, het machtigste internetbedrijf ter wereld. De persoonlijke e-mails van de gebruikers, hun sociale media, betalingsverkeer en aankopen zijn met elkaar verbonden door een universeel besturingsprogramma. Het resultaat: iedereen heeft slechts één online identiteit. Een nieuw tijdperk van openheid en gemeenschapszin is aangebroken. *De Cirkel* is een intelligente, scherpe en spannende roman die vragen oproept over ons geheugen, onze geschiedenis, privacy, democratie en de grenzen aan onze kennis van de wereld.

Dave Eggers | 9789048818631

DE WERELD VERANDEREN

MAAK HET VERSCHIL!

De wereld verbeteren, hoe doe je dat? Wat een onuitvoerbare opgave lijkt maakt schrijver en journalist John-Paul Flintoff mogelijk. Flintoff speelt met het idee dat we grote doelen in stukjes kunnen opsplitsen en gebruikt hierbij theorieën van grote denkers als Tolstoj, Ghandi en Sartre. Dit is hét moment om jouw bijdrage te leveren. Het boek zal je inspireren en je de moed geven de wereld waarin we leven te veranderen.

John-Paul Flintoff | ISBN 9789029585385

JONGEREN EN HUN DIGITALE WERELD

Internet en computers worden steeds belangrijker in ons dagelijks leven. Vooral jongeren zijn veel achter de computer te vinden. Maar wat doen jongeren eigenlijk allemaal op internet en hoe belangrijk is het om hiervan als ouder of leraar op de hoogte te zijn? Jongeren en hun digitale wereld informeert leraren, ouders en andere geïnteresseerden over wat jongeren online doen en hoe ze bouwen aan hun eigen digitale wereld. Bovendien worden er tips aan ouders en leraren gegeven voor het omgaan met bepaalde verschijnselen in de digitale wereld van jongeren.

Uitgeverij Gorcum | ISBN 9789023242758

HET ROSIE PROJECT

De autistische Don Tillman doceert genetica aan de universiteit. Hij is superintelligent, kan geweldig koken en is op zoek naar een vrouw. Door zijn sociale onhandigheid is hij echter nooit verder gekomen dan een eerste date. Met behulp van een zestien pagina's tellende vragenlijst hoopt hij zijn perfecte partner te vinden. Dan komt Rosie Jarman in zijn leven: verre van perfect, maar wel intelligent en mooi. En ze is ook op zoek naar haar biologische vader - een zoektocht waar Don haar misschien bij zou kunnen helpen. De Australiër Graeme Simsion veroverde de wereld met zijn debuutroman *Het Rosie Project*. Lees ook de opvolgers *Het Rosie Effect* en *Het Rosie Resultaat*.

Graeme Simsion | ISBN 9789021015729



ZORGPROFESSIONAL IN DE SCHIJNWERPERS

Annelien Schulp

Jaarlijks organiseert Annelien Schulp een activiteit in het Wilhelmina Kinderziekenhuis in Utrecht, ter gelegenheid van de World Kidney Day. Op 14 maart 2019 werd de hele schoolklas van een patiënt uitgenodigd voor een bezoek. Specialistisch verpleegkundige kindernefrologie Annelien Schulp vertelt zelf meer over dit initiatief.

Tekst Marco Beentjes | Foto Caroline Westdijk

Waaruit bestaat uw werk normaliter?

“Op de polikliniek speel ik vooral een grote rol in de begeleiding van kinderen met een nierziekte en hun ouders. Ik ondersteun in allerlei trajecten, van dieet tot medicatie en van het regelen van bloedafname - en de snelle terugkoppeling van uitslagen naar de ouders - tot voorlichting geven. Wanneer jongeren overgaan naar de volwassenenzorg begeleid ik hen met de transitie. Verder ben ik laagdrempelig bereikbaar voor de ouders van onze patiënten.”

Wat houdt de World Kidney Day in?

“Er wordt dan wereldwijd aandacht gegeven aan de nieren als orgaan. Dit jaar luidde het thema ‘gezonde nieren voor iedereen’. De schoolklas die we hebben uitgenodigd bestaat uit 25 kinderen in de leeftijd van 10/11 jaar. Eén van hen komt hier regelmatig als patiënt. Op die leeftijd kan het best lastig zijn om te beseffen waar hun klasgenoot vanwege nierproblemen mee te maken heeft. Het bezoek moest hier verandering in brengen.”

Hoe zag het bezoekprogramma er uit?

“Eerst was er een presentatie over de functie van de nier en waarom dit orgaan zo belangrijk is. Vervolgens werd de groep in

tweën gesplitst. Er stond een rondleiding gepland door de polikliniek, het laboratorium en over de verpleegafdeling. Daarnaast las iemand die zelf ook een nierziekte heeft voor, uit een door haar geschreven boekje. De titel van dit boekje luidt: ‘De wonderlijke ruimtereis van Steven Sterman’ (uitgave bureau Sterrenstof). Op het laboratorium

“Begrip creëren voor de situatie van onze patiënten is mij heel veel waard”

van de Genetica kon iedereen zelf zijn of haar DNA isoleren uit speeksel. Tevens was een sportieve activiteit gepland en kregen de leerlingen de gelegenheid om vragen te stellen aan de artsen. Onderwerpen die aan bod kwamen waren bijvoorbeeld: waarom is het belangrijk om de nieren gezond te houden? En als de

nieren niet meer goed werken, wat voor behandelingen zijn er dan mogelijk?”

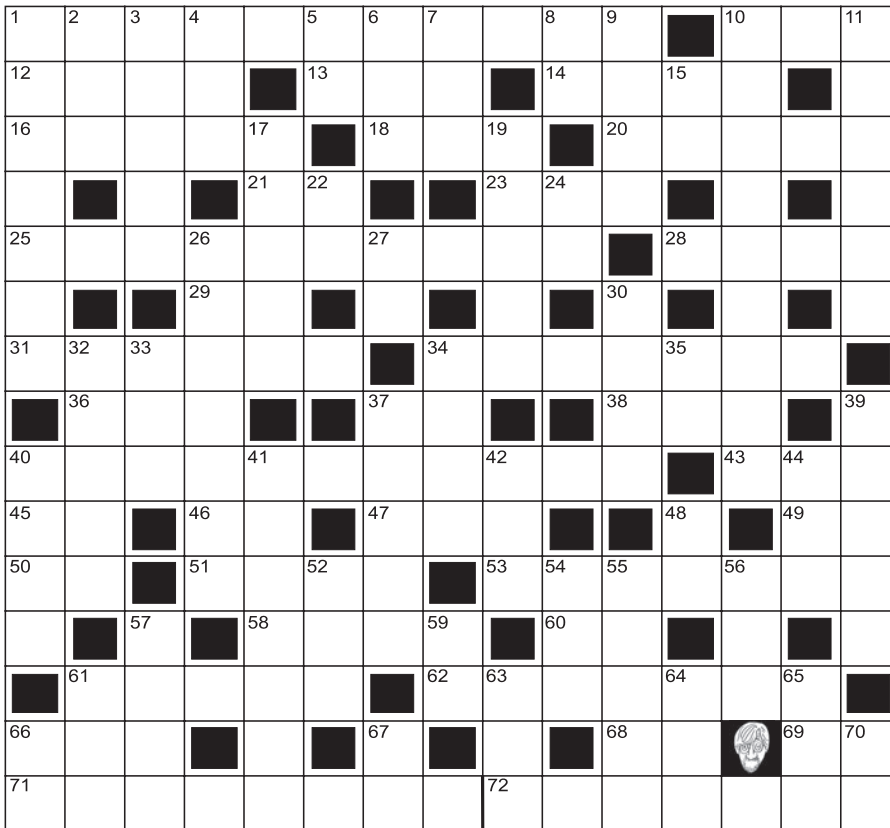
Hoe waren de reacties?

“Vooraf hebben we natuurlijk eerst aan kind, ouders en school gevraagd of zij met dit initiatief instemden. Het leek hen leuk, zij vonden het zelfs een hele eer. Achteraf ontvingen we een leuke e-mail van de ouders hoezeer iedereen het had gewaardeerd. Ook onze patiënt heeft het als een heel fijne dag ervaren.”

Wordt dit initiatief volgend jaar herhaald?

“Ik probeer ieder jaar een andere activiteit te organiseren. Dit kost - naast het dagelijks werk - wel extra tijd. Maar ik vind het belangrijk om toch die tijd te investeren. Ten eerste omdat we een stukje bewustwording van het belang van de nieren in zo’n bijeenkomst kunnen onderbrengen. Ten tweede kunnen wij begrip creëren voor wat het is om een nierziekte te hebben. Veel nierziekten bieden maar weinig kans op genezing. Zelfs na een niertransplantatie zit je levenslang vast aan medicijngebruik en moet je regelmatig voor controle terugkomen. Na 15 tot 20 jaar kan het zijn dat je weer een nieuwe nier nodig hebt, soms al eerder. Begrip creëren voor de situatie van onze patiënten is mij heel veel waard.”

KRUISWOORDRAADSEL



© gossepuzzels baambrugge 2019

14	1	9	51		72	39	2		25	62		43	54	42	53	28	66	11	65	

Van links naar rechts: 1 (matras-)bescherming - 10 Centraal Bureau voor de Statistiek - 12 ver in de tijd - 13 vlaktemaat - 14 smaakgeवारwording - 16 in prima staat - 18 vordering - 20 lange brede sjaal - 21 reeks - 23 artikel - 25 wegwerpartikel (Engels) - 28 Europese hoofdstad - 29 Republiek Togo - 31 sierheester - 34 leven - 36 mislukking - 37 persoonlijk voornaamwoord - 38 voorzetsel - 40 vochttopnemend - 43 voorzetsel - 45 Bunschoten (thuishaven) - 46 ons inziens - 47 inlichtingen - 49 gewicht - 50 boom - 51 glibberig - 53 natte omslag - 58 hinder - 60 deel van een mast - 61 bijzondere handigheid - 62 sierlijk - 66 deel van een jaar - 68 Europese Unie - 69 vogelproduct - 71 Nederlandse actrice (8/7).

Van boven naar beneden: 1 niet zo slim - 2 drinkbakje - 3 werpspel - 4 kunstproduct - 5 noot - 6 roem - 7 scheepstouw - 8 Economische Zaken - 9 stilte - 10 deel van een Frans ontbijt - 11 skiwedstrijd - 15 grondtoon - 17 fier - 19 plant (salvia) - 22 schaatsvloer - 24 noot - 26 voorrede - 27 gereed - 30 grote plaats - 32 type bout of schroef - 33 vogel - 34 Europese hoofdstad - 35 water in Noord-Brabant - 37 luisterrijk - 39 vrees - 40 bijbelse figuur - 41 huivering - 42 ieder - 44 plaats in Gelderland - 48 voorzetsel - 52 bloeiwijze - 54 Scandinavische munt - 55 dun - 56 snelle loop - 57 muze van het heldendicht - 59 voorzetsel - 61 sprookjesfiguur - 63 Bulgaarse munt - 64 alstublieft - 65 thee (Engels) - 66 Madagascar (internet) - 67 voegwoord - 70 voorzetsel.

Hartelijk dank voor alle kaarten en berichten met het antwoord van de Sudoku uit .CC nieuws van Mediq CombiCare/november 2018. De juiste oplossing van de Sudoku was **62314**.

Van harte gefeliciteerd met uw prijs!

De prijswinnaars zijn:

- 1e prijs**, een cadeaubon t.w.v. € 25,00: A. Zwerver uit A.
- 2e en 3e prijs**, een cadeaubon t.w.v. € 10,00: R. Meijer uit W. en G. Oosterloo uit S.

Stuur de oplossing van deze puzzel voor 1 september 2019 naar:

Mediq CombiCare
T.a.v. puzzel .CC Continentie
Postbus 20003
3502 LA Utrecht

U kunt uw oplossing ook digitaal insturen:
puzzel@mediqcombicare.nl

Onder de juiste oplossingen verloten we 3 cadeaubonnen.

Veel puzzelplezier!



Vegetarische lasagne

INGREDIËNTEN (VOOR 2 PERSONEN)

- 8 lasagnebladen
- 3 grote tomaten
- 2 bollen buffelmozzarella
- 2 handen rucola slamix
- verse basilicum
- Parmezaanse kaas
- balsamico azijn
- extra vergine olijfolie
- zwarte peper

In ons dagelijks leven en zelfs op het gebied van koken zien we verschillende ontwikkelingen; koken met biologische producten, minder vlees eten en een aantal dagen per week een vegetarische maaltijd serveren. Dit gerecht is niet alleen vegetarisch maar ook nog eens heerlijk zomers!

Kook de lasagnebladen volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar. Verse lasagnebladen zijn het lekkerst en hebben een korte kooktijd. Snijd ondertussen vast de tomaten en de buffelmozzarella in plakken van ongeveer 1/2 cm dik en was de sla.

Leg een lasagneblad op een bord en leg hier drie plakjes tomaat op en drie blaadjes verse basilicum. Dek af met een volgend lasagneblad en verdeel hier drie plakjes buffelmozzarella en een klein beetje rucola over. Leg een lasagneblad op de mozzarella en leg hier weer tomaat met verse basilicum bovenop. Dek het geheel vervolgens af met het laatste lasagneblad en verdeel hier wederom drie plakjes buffelmozzarella over.

Top de open lasagne af met een klein beetje rucola en verse basilicum.

Strooi Parmezaanse kaassnippers over de lasagne en schenk er een beetje olijfolie en balsamico azijn overheen. Bestrooi het geheel met flink wat zwarte peper.



TENA®

Actief en zorgeloos leven

TENA biedt een breed assortiment voor mannen of voor vrouwen, bij verlies van enkele druppeltjes tot de hele blaasinhoud. Alle TENA-producten geven drievoudige bescherming tegen doorleken, geurtjes en een vochtig gevoel: 24 uur per dag droog, veilig en vol vertrouwen.



TENA is bij Mediq CombiCare verkrijgbaar

www.TENA.nl

.CC Colofon

.CC Continentie is een uitgave van medisch speciaalzaak Mediq CombiCare en verschijnt 2x per jaar.

.CC Continentie wordt verspreid in een oplage van 21.000 en wordt gratis toegezonden aan klanten van Mediq CombiCare, continetieverpleegkundigen, ziekenhuizen en zorgverzekeraars.

REDACTIE .CC CONTINENTIE

Judith Hageraats
Bernadette Landwehr Johan
Marlies Gorissen
Liesbeth Kok
Marloes Timmers
Marco Beentjes

ADVERTENTIE ACQUISITIE

Judith Hageraats

ONTWERP EN OPMAAK

Kamer met Uitzicht, Diemen

REDACTIE ADRES

.CC Continentie
Postbus 20003
3502 LA Utrecht
redactie@mediqcombicare.nl

Ingezonden brieven en advertenties worden geplaatst buiten verantwoordelijkheid van de redactie. Voor het overnemen van artikelen uit de .CC Continentie is vooraf toestemming nodig van de redactie. U kunt uw verzoek mailen naar redactie@mediqcombicare.nl



CONTACT MET MEDIQ COMBICARE

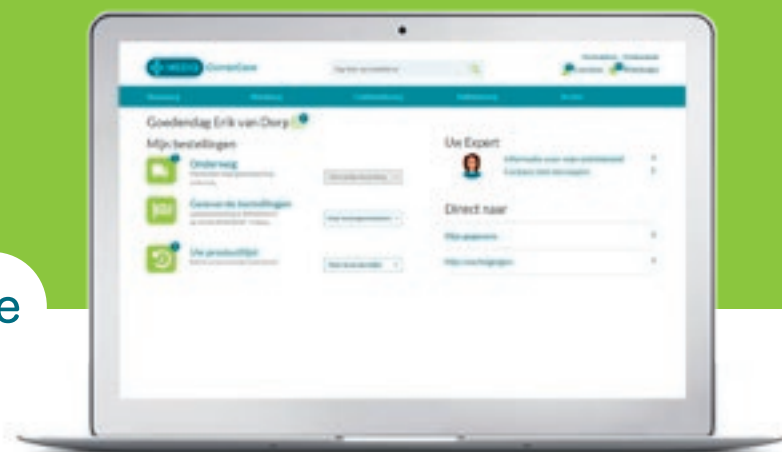
Op werkdagen zijn wij telefonisch bereikbaar tussen 08.30 - 17.15 uur. Voor bestellingen, vragen of andere informatie kunt u contact opnemen met onze ervaren medewerkers van de afdeling Klantcontact. Zij helpen u graag verder.

CONTINENTIEZORG 0800 - 2004
STOMAZORG 0800 - 8009
KATHETERZORG 0800 - 023 78 35

Internet voor bestellen en informatie:
www.mediqcombicare.nl

Eenvoudig online bestellen

Maak nu uw **Mijn Mediq account** aan



De voordelen van bestellen via Mijn Mediq



1. Gemakkelijk uw materialen bestellen

U ziet direct wat uw laatste bestelling is geweest. Met één druk op de knop start u een herhaalbestelling. Aanpassen is natuurlijk ook mogelijk.



2. Uw pakket volgen

Op Mijn Mediq kunt u uw pakket volgen. Nadat u de pakketcode van PostNL heeft ontvangen, kunt u uw pakket laten afleveren waar en wanneer u dat wilt.



3. Informatie over uw zorgvraag

Op Mijn Mediq heeft u inzicht in alle zaken die relevant zijn rondom uw zorgbehoefte; van informatie over vergoeding bij uw zorgverzekeraar tot oplossingen op maat.

Activeer uw Mijn Mediq account op www.mediqcombicare.nl/registreren

www.mediqcombicare.nl/registreren