

ZORGTIPS & WEETJES GEZONDHEIDSCENTRUM HEERDE

UW EERSTE AANSPREEKPUNT BIJ
GEZONDHEIDSVRAGEN EN -PROBLEMEN

ALS HET OM UW GEZONDHEID GAAT

Zorgtips & Weetjes is een publicatie van Gezondheidscentrum Heerde die elke laatste dinsdag van de maand verschijnt. Voor de inwoners van Heerde, Hoorn, Veessen en Vorchten zijn de zorgprofessionals in het centrum het eerste aanspreekpunt als het gaat om gezondheidsvragen en -problemen. Cliënten mogen rekenen op laagdrempelige en passende eerstelijnszorg van hoge kwaliteit, volgens de laatste inzichten en richtlijnen.

In het centrum zijn de volgende zorgaanbieders gevestigd: Apotheek Heerde, Fysiotherapeutisch Centrum Heerde, Huisartsen Heerde, Innofeet, Muevo Cesartherapie & Stressmanagement, Voedingsvoorlichting & Dieetadvies Vérian en Thuiszorg Vérian. Aan de achterzijde bevindt zich een bloedprikpost van Isala. Bloedprikken kan daar alleen op afspraak. Kijk voor meer informatie op www.gezondheidscentrumheerde.nl.



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



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



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

VACATURE: PRAKTIJKONDERSTEUNER SOMATIEK

Ben jij een enthousiaste en gemotiveerde praktijkondersteuner die ons team wil komen versterken? Dan zien we een CV met motivatiebrief graag tegemoet.

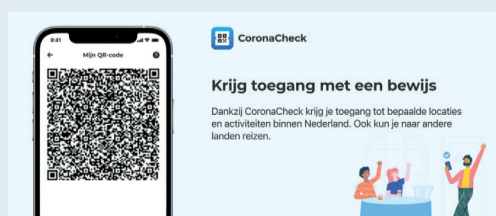
De Praktijkondersteuner Somatiek biedt zorg aan patiënten met een chronische aandoening, zoals DM, astma/ COPD of (risico op) hart- en vaatziekten. Je coördineert deze zorg en organiseert zelfstandig spreekuren voor deze patiëntengroepen. We werken met Medicom en Portavita. Je bent als Praktijkondersteuner daarnaast ook verantwoordelijk voor voorlichting, advies en instructie aan patiënten.

Kijk voor de uitgebreide vacature tekst op onze website: www.huisartsenheerde.nl

Heb je interesse stuur dan je CV met motivatiebrief. Heb je nog aanvullende vragen neem dan contact op met onze praktijkmanager Aileen Klinkhamer of stuur een mail aan info@huisartsenheerde.nl

UW VACCINATIEBEWIJS OP CORONACHECK.NL

Wilt u een bewijs van vaccinatie voor reizen of toegang tot een evenement? Dan kunt u terecht op de website www.CoronaCheck.nl of op de app CoronaCheck op uw smartphone. U kunt daar direct zelf uw vaccinatiebewijs regelen. Heeft u hier hulp bij nodig belt u dan met het speciale nummer van de Rijksoverheid: **0800-1421**



MEER DAN ALLEEN UITGEVEN

Volgens Wikipedia is een apotheek een plek waar men medicijnen verkoopt en soms ook vervaardigt. Dat zou u vast niet verwachten als u weet dat het woordje apotheek uit het Grieks komt en bergplaats betekent. Een apotheca was vroeger echter de naam van de ruimte in het klooster waar geneeskrachtige planten en kruiden werden bewaard. Zo is na verloop van tijd het begrip apotheek ontstaan.

Het verkopen of uitgeven van medicijnen is een belangrijke taak van een apotheek. Nog belangrijker is de bewaking van het medicijngebruik van haar cliënten. Medicijngebruik is maatwerk. Wat voor de één werkt, hoeft voor de ander niet te werken. Of het geeft vervelende bijwerkingen omdat er bijvoorbeeld sprake is van allergieën. Of er zijn persoonlijke omstandigheden die een risico vormen voor het medicijngebruik. Wij controleren daarom voor uitgifte van een medicijn altijd of het medicijn bij u past. En zo ja, in welke dosering. Deze controle doen wij voor elke uitgifte. Uw situatie kan sinds de laatste uitgifte immers gewijzigd zijn. Belangrijk daarbij is te weten of u andere medicijnen gebruikt. Medicijnen kunnen elkaars werking sterk beïnvloeden. Ook als het om zelfzorgmedicijnen gaat die u in een drogisterij of supermarkt koopt zoals ibuprofen en paracetamol. Laat ons altijd weten wat u nog meer slikt. Zo verkleinen we samen de kans op problemen. Dat is hoognodig! Uit onderzoek blijkt dat dagelijks meer dan 130 mensen in het ziekenhuis worden opgenomen vanwege problemen met de medicijnen die ze gebruiken. De helft van deze opnames had voorkomen kunnen worden.



© Can Stock Photo / magann

NIEUW: GLI - COACHING OP LEEFSTIJL

Met de komst van leefstijlcoach Dagmar Althuizen breidt Fysio Heerde haar behandeltherapieën verder uit. Cool (Coaching op Leefstijl) is als leefstijlprogramma opgenomen in de basisverzekering als Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI). Het is een programma dat is gericht op het verbeteren van de algehele leefstijl van mensen die als doel hebben om gewicht te verliezen. Zo is er aandacht voor betere eetgewoonten, beweging, slaap, ontspanning, stress en timemanagement. Dit levert gezondheidswinst op en het verbetert de kwaliteit van leven.

De criteria om aan het

Cool-programma mee te doen zijn:

- Overgewicht (een BMI tussen 25 en 30) en daarnaast een verhoogd risico op diabetes of hart- en vaatziekten of
- Ernstig overgewicht (BMI van meer dan 30) én
- Een verwijzing van uw (huis)arts.



GRATIS INLOOFSPREEKUUR

Iedere maandag is er van 18.00 tot 19.00 uur een gratis inloofspreekuur voor mensen die klachten hebben aan het houding- en bewegingsapparaat. Eén van onze fysiotherapeuten bekijkt uw klacht(en) en geeft u vrijblijvend advies. Bezoekers van het inloofspreekuur kunnen zich melden aan de balie.