



Jos en Janneke (huisartsen)

(medische) informatie en andere zaken ...

Als je het even niet meer weet...

We worden met z'n allen steeds ouder. En zoals iedereen weet, en velen van jullie ook ervaren, komt ouderdom met gebreken. Het lichaam gaat pijntjes vertonen, steeds meer chronische ziektes dienen zich aan en de hoeveelheid pillen die je dagelijks inneemt is een maaltijd op zich. En ook het geheugen kan je steeds vaker in de steek laten. Je weet even niet meer waar je je sleutels hebt gelaten, kan niet meer op de naam van de buurman komen, vergeet weer de afspraak bij de kapper, en je betaalt contant de boodschappen omdat je je pincode niet meer weet. Je wordt onzeker... Is het nu gewoon de ouderdom, of is er meer aan de hand?

Door deze gebreken wordt het steeds moeilijker om de dagelijkse dingen te blijven doen. En er hoeft maar iets kleins bij te komen, waardoor het helemaal niet meer gaat. Een kwetsbare situatie.

Als huisartspraktijk willen we onze kwetsbare ouderen zo goed mogelijk ondersteunen. We proberen de situatie 'waarin het helemaal niet meer gaat' voor te zijn. Wanneer we signalen krijgen dat de kwetsbaarheid toeneemt is dat voor ons een reden om

een aantal zaken duidelijk te krijgen. Onze praktijkondersteuner Nelleke nodigt u uit op het spreekuur of brengt een bezoek aan huis waarin ze aandacht heeft voor u en de dingen waar u tegenaan loopt. Ze kijkt onder andere hoe het gaat met uw lichamelijke gezondheid, uw mobiliteit (valt u wel eens, lukt het autorijden nog?), het zorgen voor de maaltijden, de dagelijkse verzorging en het huishouden. Ze bespreekt of u zich eenzaam voelt en of u wel eens somber of angstig bent. Samen met u en uw naasten kijkt ze of het mogelijk is om hulptroepen in te schakelen met als doel u zo lang en veilig mogelijk thuis te laten wonen.

Wanneer er aanwijzingen zijn dat er mogelijk onderliggende ziektes een rol spelen, wordt in overleg met de huisarts verder onderzoek gedaan. We kijken nog eens kritisch naar al uw medicijnen. Zijn ze nog wel nodig? Is de dosering nog juist? Moet er nog een pil bij, of kan er wat gestopt worden?

En ook bij het vermoeden op geheugenproblemen kunnen we hier verder onderzoek naar doen.

Daarnaast staan we stil bij uw gedachten en wensen over de toekomst. Heeft u wel eens nagedacht over kleiner gaan wonen? Wie kunnen u ondersteunen als het zelf niet meer lukt? Wilt u nog gereanimeerd worden als het hart ermee stopt? En hoe ziet u uw eigen levenseinde als het zover is?

Door bovengenoemde zaken in kaart te brengen en te bespreken kunnen we de zorg voor u zo goed mogelijk aanpassen op uw wensen en behoeften.

Een keer per 2 maanden hebben we een overleg op de praktijk waarbij ook Specialist

Ouderengeneeskunde Tamara Spermon aansluit. We nemen een aantal kwetsbare ouderen uit de praktijk door waarbij Tamara advies geeft vanuit haar kennis en expertise. Als wij het even niet meer weten kunnen we haar ook in consult vragen waarbij ze zelf de oudere ziet en onderzoek doet naar wat er speelt. Een keer per maand houdt ze spreekuur op onze huisartspraktijk.

En mocht u nu het gevoel hebben het soms even niet meer te weten, als patiënt of als mantelzorger, laat ons dan iets weten zodat we met ons hele team kunnen kijken waar we kunnen ondersteunen. Wellicht kunnen we voorkomen dat het opeens helemaal niet meer gaat...

*Groeten
Janneke Bressers
Nelleke van Kooten
Tamara Spermon*

AANKONDIGING: DEMENTIE CAFE JOZEFOORD

Wanneer is sprake is van een dementie neemt de kwetsbaarheid thuis vaak snel toe. Dementie is een ernstige ziekte waarbij steeds meer functies van de hersenen uitvallen. Voor mensen met dementie en hun naasten wordt er elke laatste dinsdag van de maand een avond georganiseerd waarbij een thema rondom dementie centraal staat.

Op DINSDAG 27 augustus zullen huisarts Janneke Bressers en praktijkondersteuner Nelleke van Kooten deze avond mede vormgeven. Er zal gesproken worden over de rol van huisarts en praktijkondersteuner bij de diagnose dementie. Ook u bent van harte welkom om deze avond bij te wonen.

Locatie: Sint Jozefoord Duyn en Daelseweg 15 te Nuland in de Parkzaal. Tijd: inloop vanaf 19.00 uur. Start om 19.30 uur.