

In dit nummer:

- Vaccinatie tegen het coronavirus
- Onderzoek naar MedGemak en MGM
- Spreekuur voor schouderklachten
- Spreekuur gynaecologen in Het DOK

Van de redactie

Met opluchting zien we de laatste tijd de coronacijfers verbeteren. We merken dat de corona veel beslag heeft gelegd op de werkzaamheden in de praktijk. Alle zieken, alle maatregelen maar ook alle verschillen van mening over dit alles hebben het niet makkelijk gemaakt.

De verbeteringen geven weer ruimte om plannen te maken voor de komende periode. Vakantieplannen, plannen om met meer personen weer samen te komen, maar ook nieuwe plannen voor de praktijk. In dit DOKWERK blikken we kort terug op de vaccinatiecampagne. Verder willen we onze blik vooral op de toekomst richten. U leest over nieuwe plannen voor een schouder spreekuur, het gynaecologenspreekuur en de pilot 'Zorg op Afstand' voor de diabetespatiënten. Deze plannen geven ons weer energie.

Verder kunt u lezen over een onderzoek naar digitale communicatie wat gedaan is door twee scholieren van het Emelwerda. Ook dit is een belangrijke ontwikkeling voor de toekomst. En als laatste vragen we uw aandacht voor de bevolkingsonderzoeken en uiteraard het vaste item Dokkunst van Klaas-Johannes Romkes. Met andere woorden: weer genoeg te lezen.

Namens de redactie,
Kees de Visser

HET DOK
CENTRUM VOOR
GEZONDHEID EN WONEN

DOKWERK

MEDEDELINGENBLAD HUISARTSENPRAKTIJK HET DOK • JUNI 2021 • NUMMER 1

Drie verschillende bevolkingsonderzoeken

Kanker vroeg opsporen

Iedereen krijgt er op den duur mee te maken: een oproep om mee te doen aan een bevolkingsonderzoek. In Nederland bestaan er bevolkingsonderzoeken voor borstkanker, baarmoederhalskanker en darmkanker. Het doel is om kanker al in een vroeg stadium op te sporen, zodat de kans op genezing door behandeling groter is.

Het bevolkingsonderzoek is vooral bedoeld om kanker op te sporen vóórdat u klachten krijgt. Hierdoor kunnen afwijkingen in een vroeg stadium worden ontdekt, wat de kans op succesvolle behandeling groter maakt. Als u klachten heeft, of u twijfelt daarover, maak dan een afspraak met de huisarts. Wacht in dat geval niet tot u aan de beurt bent voor het bevolkingsonderzoek.

Er zijn geen kosten verbonden aan de bevolkingsonderzoeken. De kosten van de eventuele vervolgonderzoeken vallen onder de zorgverzekering.

Borstkanker

Vrouwen tussen de 50 en 76 worden iedere twee jaar uitgenodigd om deel te nemen aan het bevolkingsonderzoek borstkanker. Er worden twee borstfoto's (mammografiën) gemaakt. Binnen tien dagen ontvangt u per post de uitslag. Wanneer er een afwijking



Zelfafnametest voor baarmoederhalskanker.

wordt gezien, volgt verder onderzoek. U wordt ook verwezen wanneer de borstfoto onvoldoende informatie oplevert. In 9 van de 10 gevallen is er geen sprake van borstkanker.

Baarmoederhalskanker

Het bevolkingsonderzoek naar baarmoederhalskanker vindt plaats bij vrouwen tussen

>> **vervolg op pagina 2**

>> vervolg van pagina 1

de 30 en 60 jaar. Zij krijgen iedere 5 jaar een oproep voor het zogenaamde "uitstrijkje". U kunt er ook voor kiezen om zelf een test (met een wattenstaafje) af te nemen. Er wordt dan gezocht naar het HPV-virus, het virus dat baarmoederhalskanker veroorzaakt. Als dit virus wordt aangetoond, moet er door de doktersassistente op de praktijk een uitstrijkje worden gemaakt. U kunt er ook voor kiezen direct een uitstrijkje te laten maken. De uitslag volgt binnen 4 weken per post. Wanneer er afwijkende cellen aanwezig zijn, wordt u verwezen naar de gynaecoloog voor verder onderzoek. De kans op baarmoederhalskanker is dan nog steeds klein.

Darmkanker

Iedereen tussen de 55 en 75 jaar krijgt iedere 2 jaar een uitnodiging opgestuurd. Het onderzoek voor darmkanker kunt u thuis zelf afnemen. U stuurt een klein beetje van uw ontlasting op. De ontlasting wordt onderzocht op de aanwezigheid van bloed. U krijgt binnen 10 dagen per post de uitslag. Als er bloed wordt gevonden, zal vervolgonderzoek plaatsvinden in de vorm van een kijkonderzoek van de dikke darm (coloscopie). Slechts in 1 op de 20 gevallen is er dan sprake van darmkanker. In de andere 19 gevallen worden er geen of onschuldige afwijkingen gevonden, zoals bijvoorbeeld een poliep.



Kijk voor alle informatie op www.bevolkingsonderzoeknederland.nl

Deelname op Urk kan veel hoger

Waarom is bevolkingsonderzoek naar kanker zo belangrijk?

De bevolkingsonderzoeken voor borst-, darm- en baarmoederhalskanker zijn goed lopende programma's die veel gezondheidswinst opleveren. Aan het begin van de Corona pandemie zijn de bevolkingsonderzoeken tijdelijk stopgezet. Inmiddels zijn de bevolkingsonderzoeken weer volledig opgestart. Toch lijkt er een afname te zijn van het aantal patiënten wat meedoet aan deze screening.

Reden om aandacht te schenken aan dit onderwerp. Zeker omdat op Urk de deelname aan het bevolkingsonderzoek lager is dan in de omliggende gemeenten. In de huisartsenpraktijk merken we dat patiënten nog terughoudend zijn, met name voor het bevolkingsonderzoek naar baarmoederhalskanker. "Er laten minder vrouwen een uitstrijkje maken", zegt huisarts Kees de Visser. Mogelijk denken vrouwen dat het nog niet kan door de Corona-maatregelen, maar we merken ook dat sommige vrouwen minder waarde hechten aan dit onderzoek. De deelname ligt 'slechts' rond de 40%.

"Vrouwen die liever niet op de praktijk komen kunnen ook een zelfafnameset bestellen", legt hij uit. Met deze test wordt onderzocht of er sprake is van een HPV-infectie, het virus wat betrokken is bij het

ontstaan van baarmoederhalskanker. De vrouw kan deze test zelf thuis afnemen. Als het virus gevonden wordt is er wel vervolgonderzoek nodig.

BELANG BENADRUKKEN

De deelname aan de bevolkingsonderzoeken naar borstkanker en darmkanker is hoger (70 - 80%). Ook hier is er enige afname in het aantal personen wat hieraan meedoet. Als huisartsen willen we het belang van deze onderzoeken benadrukken omdat het problemen in een vroeg stadium weet op te sporen. Door vroegtijdige opsporing is de kans op genezing en overleving groter en de kans op uitzaaiingen kleiner. Dit komt omdat kanker beter te behandelen is wanneer deze in een vroeg stadium ontdekt wordt.

Via de huisarts en de GGD

Vaccinatie tegen het coronavirus

In april en mei hebben wij als huisartsenpraktijk Het DOK een grote groep mensen gevaccineerd tegen het coronavirus met het AstraZeneca-vaccin. Alle patiënten geboren tussen 1956 en 1960, personen met het syndroom van Down (thuiswonend) en ernstig overgewicht (BMI >40) hebben van ons een uitnodiging ontvangen en zijn inmiddels voor de eerste keer gevaccineerd. De tweede vaccinatie zal later volgen.

Alle patiënten geboren na 1960 met een medische indicatie hebben ook een uitnodiging ontvangen. Dit is groep mensen normaal in aanmerking komt voor griepvaccinatie. Ook als u de griepvaccinatie normaal niet neemt heeft u een uitnodiging ontvangen, want het kan natuurlijk zo zijn dat u de vaccinatie tegen het coronavirus wel wilt hebben. Vanuit de huisartsengegevens is een automatische selectie gemaakt van deze patiëntengroepen, de GGD zal vervolgens de vaccinatie zetten. Het is voor deze groep dus ook niet mogelijk om zich via de huisarts te laten vaccineren, simpelweg omdat wij hier geen vaccins voor hebben.

Aangezien er steeds meer vaccins beschikbaar komen, gaat het vaccinatietempo bij de GGD nog verder omhoog. Eind mei kregen de mensen met geboortjaar 1972 en 1973 al hun oproep van het RIVM per post.

De GGD'en gebruiken voor mensen uit de geboortejaren 1972 en 1973 vaccins van BioNTech/Pfizer en Moderna. Deze



mRNA-vaccins beschermen even goed tegen ernstige ziekteverschijnselen en ziekenhuisopname. Op de vaccinatielocaties waar ook Moderna wordt gebruikt, wordt ter plaatse bepaald of mensen BioNTech/Pfizer of Moderna krijgen. Dit hangt volledig af van de beschikbaarheid van de vaccins.

Bijwerkingen

We krijgen regelmatig vragen over de bijwerkingen van de verschillende vaccins. Bijwerkingen kunnen voor komen bij alle vaccina-

ties. Het gaat dan om pijn en/of roodheid op de plek van de prik en 'griepgerige' klachten die op griep lijken, zoals verhoging/koorts, spierpijn, hoofdpijn en vermoeidheid. Dit betekent dat het afweersysteem in het lichaam aan het werk is. Meestal duren deze klachten 2 tot 3 dagen. Bij lichte bijwerkingen kan u de tweede prik gewoon krijgen.

Uit de media heeft u ongetwijfeld vernomen dat na vaccinatie met het AstraZeneca-vaccin bij jonge mensen een verhoogd risico is op stolselvorming van het bloed en een verlaagd aantal bloedplaatjes. Om deze reden wordt het AstraZeneca niet meer gegeven aan mensen onder de 60 jaar. Mensen onder de 60 voor deze stop de eerste vaccinatie met AstraZeneca al hebben gehad, kunnen veilig de tweede prik krijgen. Er zijn geen aanwijzingen dat deze uitermate zeldzame bijwerking kan ontstaan na een tweede vaccinatie.

Vaccinatiestrategie

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) bepaalt de volgorde waarin groepen worden gevaccineerd. Dat doen zij op basis van adviezen van de Gezondheidsraad en de beschikbaarheid van vaccins. Kijk voor de meest actuele volgorde van vaccineren op www.coronavaccinatie.nl.



Patiëntervaringen met MedGemak en MGN

Even bellen met de huisartsenpraktijk, dat kennen we al tientallen jaren. Geen enkel probleem, maar het kan tegenwoordig ook op een andere manier. Met een app die MedGemak heet, kunt u ook bepaalde zaken regelen. Daarnaast kunt via het onlinepatiënten portaal MijnGezondheid.net op een veilige manier met uw huisarts of apotheek communiceren. Ook voor het maken van een afspraak. Een groot aantal mensen doet dit al en is positief over deze nieuwe manier van contact. Dat is gebleken uit een studieopdracht die Hanneke de Visser en Katja Woord in een verslag hebben vastgelegd.

Hanneke en Katja zijn beide voornemens om na hun schoolopleiding in de zorg te werken. Katja als verpleegkundige, Hanneke is bezig te 'snuffelen' aan de talrijke vormen van zorgverlening. Vanuit de Havo-opleiding kregen zij de uitdaging in kaart te brengen



Hanneke de Visser en Katja Woord.

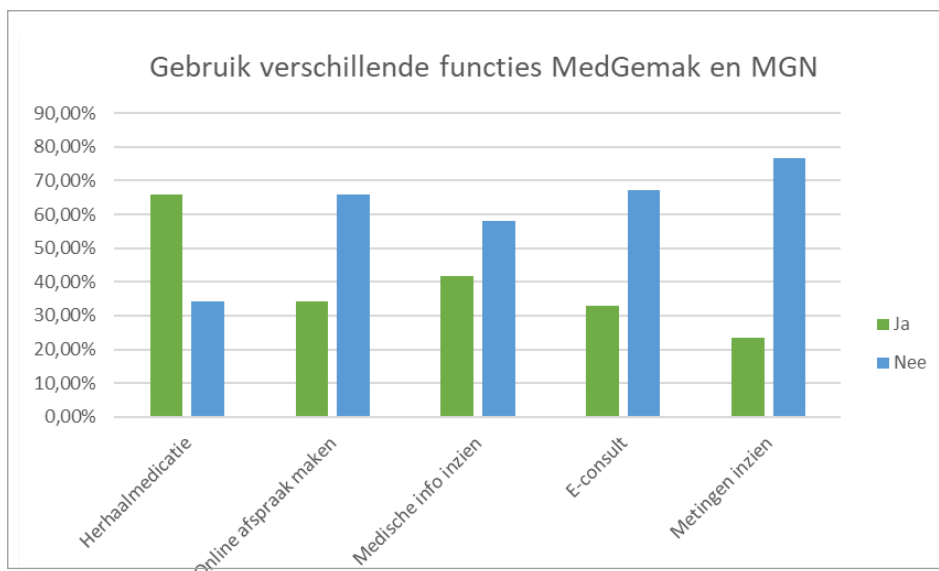
wie er al gebruik maken van de digitale mogelijkheden in de gezondheidszorg. En vooral hoe ze het ervaren.

Patiënten die meededen aan de online-enquête waren heel open en gaven allemaal antwoord op de vragen die van belang waren voor het onderzoek van Hanneke en Katja. Daarom is de uitkomst hiervan heel leer-

zaam voor huisartsenpraktijk Het DOK. De rapportage is gebaseerd op uitkomsten van de enquête en zorgvuldig opgebouwd. Dat bleek ook wel bij de waardering die zij kregen vanuit de opleiding. Met het rapport willen de huisartsen duidelijk maken dat er op een eenvoudige, betrouwbare manier contact kan zijn met de medewerkers van de praktijk. En de privacy blijft natuurlijk gewaarborgd. Hanneke en Katja: "Mensen die wij geïnterviewd hebben moesten een enquêteformulier invullen. Het viel ons op dat vrijwel iedereen die wij benaderd hebben alle vragen heeft beantwoord. Terwijl hier toch best wat moeite voor gedaan moest worden. Mensen die MedGemak en/of MGN gebruiken vinden het een welkome aanvulling op de bestaande mogelijkheden om contact te hebben met huisarts. En ervaren dat de privacy niet wordt aangetast."

Enkele resultaten uit het onderzoek

Leeftijd	Gebruiksgemak MedGemak			Gebruiksgemak MGN		
	Gemiddeld	Makkelijk	Moeilijk	Gemiddeld	Makkelijk	Moeilijk
16-25	20%	80%	0%	10%	90%	0%
26-40	20%	71%	9%	6%	94%	0%
41-55	27%	59%	15%	15%	85%	0%
56-75	27%	67%	6%	17%	81%	2%
76-95	29%	29%	42%	29%	57%	14%
Gemiddelde	25%	65%	10%	14%	85%	1%



Informatie

Patiënten die in Het DOK ingeschreven staan kunnen via de site www.hetdokurk.nl informatie vinden.

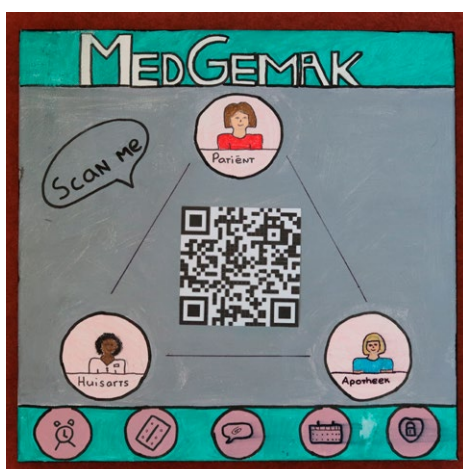
MedGemak en MGN kunnen vooral worden gebruikt voor het maken van een afspraak, vragen aan de huisarts, of herhalen van medicatie. Zaken dus die met uw gezondheid te maken hebben. Op de pagina hiernaast vindt u uitgebreide uitleg over MedGemak en MGN.

Wat is MedGemak?

MedGemak is de app om u te helpen bij het zo goed mogelijk regelen van uw gezondheidszaken. Zo heeft u via uw smartphone 24/7 inzicht in uw medicijnen en bestelt u deze direct online. Met de handige inneemwekker stelt u eenvoudig in wanneer het tijd is om uw medicijnen in te nemen. Heeft u overdag geen tijd om uw huisarts te bellen voor een afspraak? Geen probleem! Met de app MedGemak regelt u dit gemakkelijk online waar en wanneer het u uitkomt. MedGemak is een aanvulling op het patiëntenportaal MijnGezondheid.net. Wilt u gebruik maken van de app MedGemak? Zorg er dan voor dat u zich eerst aanmeldt voor MijnGezondheid.net.

Wat betekent MGN?

MijnGezondheid.net (MGN) is een online patiëntenportaal waarmee u als patiënt op een veilige manier en op afstand kan communiceren met uw huisarts en/of apotheker. Bij MijnGezondheid.net kunt u inloggen met uw DigiD met smscode. Hiervoor dient u aangemeld te zijn bij MijnGezondheid.net door uw huisarts of apotheek. Is dit niet het geval, neem dan contact op met uw huisarts of apotheek. DigiD staat voor Digitale Identiteit. Het is een gemeenschappelijk systeem waarmee de overheid op internet uw identiteit kan verifiëren. Heeft u nog geen DigiD of geen DigiD met sms? Dan kunt u deze aanvragen op www.digid.nl.



Hanneke en Katja hebben een poster gemaakt met als doel MedGemak en MGN meer onder de aandacht te brengen. Deze hangt ook in de wachtkamer.

Spreekuur voor langdurige schouderklachten in Het DOK

Als huisartsenpraktijk zijn we altijd op zoek naar de manieren om onze patiënten de juiste zorg te bieden. Langdurige of steeds terugkerende schouderklachten komen vaak voor.

De eigen huisarts is doorgaans prima in staat om een goede diagnose te stellen en hierbij een passende behandeling voor te stellen. Is de diagnose niet duidelijk of slaat de voorgestelde behandeling niet aan, dan is soms verder onderzoek nodig.

Als huisartsenpraktijk Het DOK willen we graag een stapje verder gaan in het onderzoek en behandeling van schouderklachten. Om deze reden zullen huisarts Anne van Ee en Physician Assistant Bart Koffeman na de zomer officieel gaan starten met het Schouder spreekuur.

Zowel Anne van Ee als Bart Koffeman hebben zich gespecialiseerd in schouderklachten. Huisarts van Ee is in opleiding tot kaderhuisarts bewegingsapparaat. Dit is een specialisatie binnen het huisartenvak om meer kennis op te doen van het bewegingsapparaat. Physician Assistant Bart Koffeman was voorheen werkzaam als fysiotherapeut en heeft hierdoor ook veel kennis van het bewegingsapparaat.

Samen zullen ze één dagdeel per week inplannen voor dit spreekuur. Bart Koffeman: "Tijdens dit spreekuur wordt een volledig schouderonderzoek gedaan en kan, indien nodig, direct een echo gemaakt worden. Op deze manier wordt het stellen van de juiste diagnose een stuk makkelijker." Hierna kan direct overgegaan worden tot de best passende behandeling (denk hierbij aan een injectie, pijnstilling of aan verwijzing naar de fysiotherapeut). De afgelopen maanden is er al proefgedraaid met deze 'one-stop-shop' met zeer goede resultaten. Voor een deel van de patiënten was daardoor een verwijzing naar het ziekenhuis niet meer nodig.



Huisarts Anne van Ee.



Physician Assistant Bart Koffeman.

Na het zwangerschapsverlof van Anne van Ee zal het spreekuur een vaste plek krijgen binnen onze praktijk. Dit houdt in dat uw eigen huisarts u vanaf oktober kan doorverwijzen naar het Schouder spreekuur.



Spreekuur gynaecologen in Het DOK

Vanaf januari dit jaar houden de gynaecologen van het Antonius ziekenhuis spreekuur in Het DOK. Het spreekuur is bedoeld voor zowel zwangere vrouwen als vrouwen met gynaecologische problemen.

Het spreekuur is eens in de twee weken op donderdagmiddag. Patiënten van de verschillende huisartsen op Urk en uit de omgeving van Urk kunnen nu dichterbij huis naar het spreekuur van de specialist.

Het gynaecologisch en verloskundig spreekuur op Urk maakt samenwerking tussen huisartsen, verloskundigen en specialisten eenvoudiger. Sinds september 2020 houden ook de kinderartsen van het Antonius Ziekenhuis spreekuur in Het DOK.

De spreekuren zijn niet nieuw voor Urk. Tot het faillissement van de MC Groep (eind 2018) werd een spreekuur gedaan door de gynaecologen vanuit Lelystad.

Personeel

In de afgelopen periode zijn er een paar wisselingen geweest in de personeelsbezetting. We nemen het kort met u door.

Lianne Stoel, POH-GGZ (Praktijkondersteuner voor de Geestelijke GezondheidsZorg) werkt al enige tijd in de praktijk. Zij vervangt een collega die in verband met ziekte minder inzetbaar is.

Sinds kort werken ook de assistentes Jacolien Walma en Lubette Post in Het DOK. Ze vervangen collega's die in verband met ziekte en zwangerschap thuis zijn.

We hebben in de afgelopen periode ook afscheid genomen van een tweetal huisartsen. Laura van Bruggen heeft in Het DOK het laatste jaar van de huisartsenopleiding gedaan en is daarna nog ruim een jaar werkzaam geweest als huisarts samen met Dick Visser. Inmiddels is zij op een andere plek gaan werken. Dick Visser blijft het vaste aanspreekpunt voor deze praktijk.

Ook Anne-karine Zeeman is naar elders vertrokken. Zij was sinds 2017 werkzaam als huisarts in Het DOK in de praktijk van Antonie van Schothorst. Antonie van Schothorst blijft als praktijkhouder de regie houden voor deze praktijk. Momenteel zijn Aniek Heerink en Anne van Ee met zwangerschapsverlof. De komende maanden zullen er extra waarnemers ingezet worden om voldoende bezetting te houden. Na de zomer hopen we weer met een stabiel artsenteam verder te gaan.



Lianne Stoel.



Lianne Stoel.



Lubette Post.



Laura van Bruggen.



Anne-karine Zeeman.

Kraamnieuws

Huisarts Aniek Heerink is 13 april bevallen van zoon Noud. Alles is voorspoedig gegaan. Binnenkort is het zwangerschapsverlof weer voorbij en zal zij weer aan de slag gaan in Het DOK.



DOKKUNST

Isolement: gezocht of verplicht?

Op een gegeven moment kon de kunstenaar naar buiten! Niet meer de beslotenheid van een eigen atelier. Met alleen of, afhankelijkheid van je bekendheid als kunstenaar, meerdere leerlingen om je heen. Het was ook moeilijk om je kunsten buiten te laten zien en toe te passen. 'En plein air' zoals men dat ging noemen.

Werken met houtskool, zilverstift dat ging nog wel. Maar olieverf was een probleem. Vaak werd de verf in het atelier steeds (nieuw) gemaakt met als basispigmenten en olie. Een leerling was letterlijk en figuurlijk het slachtoffer. Er werden namelijk ook zeer giftige producten gebruikt zoals loodwit. Door stapeling in het lichaam door loodvergiftiging kon dat de dood ten gevolge konden hebben.

Dat de kunstenaar naar buiten ging en uit zijn of haar isolement kon treden was te danken aan een uitvinding die wij niet meer weg kunnen denken: de tube.

Tegenwoordig hebben we o.a. tubes met tandpasta, mayonaise, ketchup, bandplaklijm en dergelijke. Maar toen werden ook olieverf en acrylverf opeens in tubes gestopt. Zo kon je op een gemakkelijke manier verf meenemen. Dan kon je bijvoorbeeld landschappen 'en plein air' (direct ter plaatse in de buitenlucht) schilderen. Het landschap werd zelfs een hoofdmotief.

Uiteraard waren er kunstenaars die van deze nieuwe fratsen niets moesten hebben. En dat is op zich niets bijzonders. Alles wat nieuw is, zeker als dat snel en



Atelierwerk van Stiene Romkes.

plotseling tot je beschikking komt, wordt vaak conservatief, om niet te zeggen negatief, benaderd.

Er is een groot verschil tussen een zelfgekozen isolement en een (af-)gedwongen isolement. De zogenaamde 'woestijnvaders' waren gelovigen die in de woestijn isolement zochten en vonden om niet door het leven van alledag van meditatie en gebed te worden afgeleid. In het Bijbelboek Marcus lezen we ook regelmatig over zelfgekozen isolement. Marcus beschrijft Jezus niet als iemand met een 24/7 drive maar als iemand die regelmatig de eenzaamheid zocht voor meditatie en gebed. Weg van de mensen die hem geen rust of ruimte wilden of konden bieden. Hij ging de woestijn in, de berg op, in een vissersboot weg of soms gewoon een huis binnen. Even weg van de mensen en tijd voor zichzelf. Lijkt u dit ook geen goede raad voor mensen die een 'burn-out' willen vermijden door niet zonder stoppen 24/7 door te gaan!

Het mooie is weer wel dat wanneer Jezus uit een zelfgekozen isolement treedt, hij juist contact zoekt met de marginaliseerde mensen. Buitengesloten door de samenleving vanwege hun gedrag, hun ziekte, beroep of volk. Verdrongen naar de randen. Dan wordt het isolement door hem juist op ongedachte wijze verbroken!

In het Oude Testament lees je ook over afgedwongen isolement. Dat was vooral het gebied van de priester. Besmettelijke ziekten vielen onder hun toezicht. En zij pasten de strikte voorschriften toe zoals bij 'huidvraat'. Vroeger werd daar meelaatsheid of lepra onder verstaan, maar medisch en historisch waarschijnlijk niet juist. Ook dan in de ergste gevallen geplaatst buiten de samenleving.

U zult het, hoop ik, met mij eens zijn dat in het nu veel mensen zich aangesproken voelen door de gebeurtenissen van de maanden die achter ons liggen. Hopelijk worden de zaken in de komende tijd beter. Er zijn, inderdaad heel snel, middelen gevonden en beschikbaar. En is het een zaak van samen, kunnen en willen.

kjromkes@hotmail.com

'Zorg op afstand' - gemak voor de diabetespatiënt

Eigen meetapparatuur en een app

Zorg op afstand, geen onbekende term meer sinds Corona. U kent het misschien wel: telefonische consulten, video consulten maar ook de mogelijkheid om consult via Mijn Gezondheidsnet te voeren. Fijn dat het er is, hierdoor konden veel consulten op een veilige manier doorgaan.

In oktober 2020 zijn we als huisartsenpraktijk Het DOK voor alle diabetespatiënten een pilot 'Zorg op afstand' gestart. Hiermee werken we samen met Philips, Zilverenkruis en de zorggroep Medrie. De wens om hier mee te starten bestond al langer.

De pilot of proef is gestart om de diabetespatiënt meer gemak te bieden. De diabetespatiënt krijgt meer regie over zijn eigen chronische ziekte. Deze pilot is ook op toekomst gericht omdat er door de vergrijzing steeds meer chronische zorg op ons afkomt. Het gebruik van de digitale mogelijkheden en het gemak hiervan kan helpen om deze zorg beter aan te kunnen. Om zorg op afstand te kunnen uitvoeren krijgt de diabetespatiënt toegang tot zijn online diabetes dossier Engage. Daarnaast krijgt hij of zij een bloedsuikermeter en bloeddrukmeter



van de praktijk. In het Engagedossier vindt u een bibliotheek met belangrijke en praktische informatie over diabetes. Communiceren kan via een chatfunctie. Het Engagedossier is ook in een app beschikbaar en erg gebruiksvriendelijk.

Wat is dan het gemak? Als patiënt hoeft u niet voor iedere controle naar de praktijk te komen en kunt u thuis bloedsuiker en bloeddruk meten op de dag dat het u uitkomt. Vervolgens kunt u de gegevens delen met de praktijkondersteuner via Engage. Voor veel patiënten is dit een uitkomst, vooral ook bij degenen die minder makkelijk op de praktijk kunnen komen (bijvoorbeeld door werk). Een andere manier van contact hebben met de praktijk, maar met meer gemak en regie voor de diabetes patiënt. Mocht u na het lezen van het artikel hier meer over willen weten, neem dan contact op met u praktijkondersteuner.

Overige activiteiten in Het DOK:

- **Mathot (voor aanmeten kousen e.d.):** Tweede en vierde maandagmiddag van de maand. Afspraken via tel. nr.: 0800-2800409.
- **Visserij- en zeevaartkeuringen:** Huisartsen in Het DOK zijn bevoegd voor het uitvoeren van keuringen voor binnenvaart en zeevaart.
- **Stop-Roken-begeleiding:** door Anneke Heetebrij-Slot.
- **Reizigersvaccinatie:** Deskundige advisering en vaccinatie volgens de meest recente richtlijnen.

Voor bovenstaande: afspraak maken via het algemene praktijknummer.

- **Spreekuur kinderarts Antonius Ziekenhuis:** iedere dinsdagmorgen
- **Spreekuur gynaecologen Antonius Ziekenhuis:** donderdagmiddag eens per twee weken

Afspraken gaan via polikliniek Emmeloord/Sneek.

- GGZ-sprekken van ELEOS en 's Heeren Loo.



Urker Huisartsen Maatschap

A. van Schothorst en Dr C.L. de Visser

Overige huisartsen:

Mw. E. Bollebakker, mw. A. van Ee,
G. Jonkheer, D. Visser, mw. A. Heerink.

Huisartsenpraktijk Het DOK

Vlechtuinen 1-G • 8322 BA Urk

T 0527-247024 (bij spoed toets 1)

Recepten: T 0527-247024, toets 2.

Buiten kantoor tijden: 0900-3336333

Bij spoed: toets 1

Website:

www.hetdokurk.nl



Openingstijden Het DOK

Alle werkdagen: van 8.00-17.00 uur

Afspraak maken: 0527-247024

Afspraak maken: 0900-3336333

Afspraak maken: 0900-3336333

Herhaalrecepten

Herhaalmedicatie die vóór 14.00 uur wordt aangevraagd, kan na twee werkdagen worden afgehaald bij de apotheek.

