

## BIJ DE EERSTE UITGAVE

Voor u ligt de eerste uitgave van Dokwerk. Het blad van de Urker Huisartsen Maatschap. Met veel informatie over het reilen en zeilen van de praktijk. Met een terugblik op enkele opvallende feiten. Met belangrijke informatie over onze service. Met handige medische informatie. Ook met een vooruitblik op hoe wij denken dat we de zorg verder kunnen verbeteren, bijvoorbeeld door samenwerking met het ziekenhuis.

Het was een drukke aanlooperperiode. Alweer een half jaar geleden openden wij de deuren op de eerste verdieping van Het DOK. Een hele overgang na jaren van voorbereiding. Eén van de grootste veranderingen was wel dat we in een groot team gingen werken. Het bleek een hele opgave om alle vragen en antwoorden telkens bij de goede persoon te krijgen.

Hoewel wij een goed lopend systeem hebben, staan wij open voor uw suggesties, tips, ideeën of misschien ook aan- of opmerkingen. Eén van onze wensen was het oprichten van een soort cliëntenraad. Een groep mensen, die Het DOK zagen zitten en ons van advies zouden dienen. Inmiddels hebben we zo'n groep, die enthousiast begonnen is en bijvoorbeeld meehelpt met het in elkaar zetten van dit blad.

Veel leesplezier!  
Gert Jonkheer



## IN DIT NUMMER O.A.:

- Minister President op bezoek!
- De assistentes
- Bijholteontsteking, maar wat doe je eraan?
- Voor uw gemak!
- Afscheid van Jitsche

## HERHAALRECEPTEN

Er zijn 4 mogelijkheden om uw herhaalrecepten door te geven:

1. **In Het DOK** in de rode brievenbus beneden in de hal.
2. **Op Wijk 8-1** in de receptenbrievenbus bij de praktijkingang.
3. **Telefonisch** via de receptenlijn, tel.: 247025
4. **Via onze website:**  
[www.uhm-hetdok.nl](http://www.uhm-hetdok.nl)

Recepten die op werkdagen vóór 16.00 uur worden aangevraagd, liggen de volgende werkdag ná 16.00 uur voor u klaar in uw apotheek.

Eeej maotjen, gief mij effen een  
receppien vor die kleine breuntjes,  
wiet je wel...



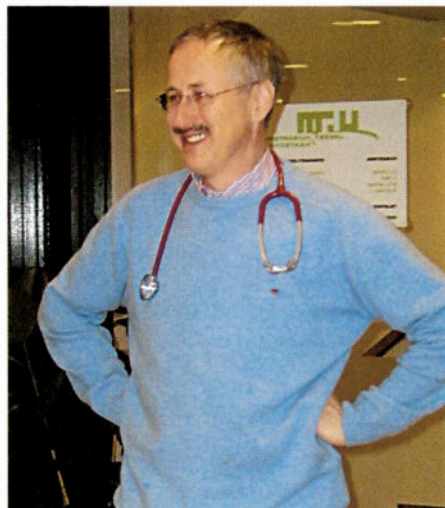


## EEN JAAR VOL VERANDERING

Afgelopen jaar is voor ons gezin een jaar vol verandering geweest. Onze oudste dochter studeert voor het tweede jaar in Groningen. Zij heeft voor geneeskunde gekozen. Onze oudste zoon hoopt dit jaar ook te gaan studeren. Gelukkig blijft onze jongste zoon nog een paar jaar thuis.

Na de verhuizing van de praktijk naar Het Dok werd ons huis aan de Havelaar voor ons erg groot. Daarom zijn wij op zoek gegaan naar een kleinere woning. Na eerst op Urk rondgekeken te hebben zijn we uiteindelijk in Tollebeek terecht gekomen. Vanuit onze woonkamer hebben we nu een schitterend uitzicht over Urk (het vuurwerk uit Urk op Oudejaarsavond was een prachtig gezicht). Andersom kan ik vanuit Het Dok ons nieuwe huis zien liggen.

Het gevoel buiten het dorp te wonen is ons erg meegevallen. Enerzijds omdat de afstand naar Urk maar een paar minuten is met de auto. Maar ook omdat de meeste mensen in de nieuwbouwwijk van Tollebeek Urkers zijn.



Ook over HET DOK wil ik graag iets zeggen. Een prachtige plek met veel (nieuwe) mogelijkheden. Voor ons, maar vooral ook voor u, als gebruiker. Het is voor mij een uitdaging om daar met alle Dok-werkers ons er voor in te zetten om de gezondheidszorg nog meer te verbeteren.

Hartelijke groet,  
Dick Visser

## HUISARTSENZORG BUITEN KANTOORUREN

In de avonden en weekenden wordt huisartsenhulp geregeld via de Huisartsenpost: 0900-333 6 333.

De assistentes van de post kunnen u helpen met adviezen of het maken van een afspraak. Net zoals u overdag gewend bent. In de weekenden zijn er spreekuren in Het DOK (zaterdag 11.00 uur en zondag 14.00 uur).

Daarnaast kunt u terecht op de Huisartsenpost in Emmeloord (in het ziekenhuis, via bovenstaand telefoonnummer). Als positief gevolg van deze regeling kunnen de meeste Urkers op Urk geholpen worden.

Voor ongelukjes kan het handig zijn om naar Emmeloord te gaan. De Huisartsenpost is immers dichtbij de

eerste hulp afdeling van het ziekenhuis. Hier kunnen uitgebreidere verwondingen worden behandeld, röntgenfoto's gemaakt of bloedonderzoek gedaan worden. Visites, bevallingen en d spreken in Het Dok worden door één van de Urker huisartsen gedaan.

De samenwerking met de Huisartsenpost levert grote voordelen op. Zo is er professionele telefonische ondersteuning door goed opgeleide doktersassistenten. Dit bespaart de huisarts veel nachtelijke telefoontjes zodat hij beter uitgeslapen aan zijn spreekuur kan beginnen.

De Huisartsenposten verzorgen inmiddels ruim 95% van de huisartsenzorg buiten kantooruren in Nederland. Een prima investering voor de toekomst als de vraag naar zorg nog sterker zal toenemen.

## BIJHOLTEONTSTEKING

In het gezicht zitten ruimtes, de zogenaamde bijholtes. Deze staan in verbinding met de neus en keel (zie afbeelding). Deze holtes kunnen ontstoken raken. Dit ontstaat meestal bij of na een verkoudheid.

De klachten die hierbij horen zijn dik en taai en soms bloederig snot en druk ter plaatse van de holtes, die erger wordt bij bukken. Soms kan u zich er ziek bij voelen of koorts hebben. Een bijholteontsteking gaat meestal vanzelf over. Dit duurt soms enkele dagen maar kan ook wel eens enkele weken duren.

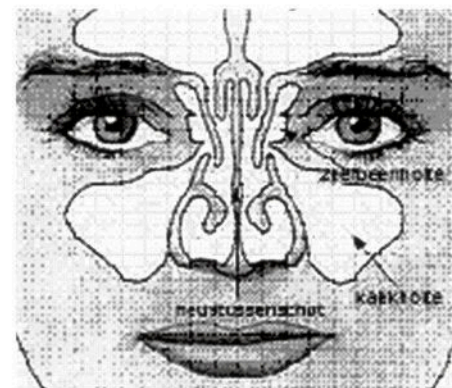
### Wat kunt u zelf doen?

- neusdruppels gebruiken
- stomen (alleen gekookt water is voldoende)
- pijnstillers gebruiken (bv. paracetamol of ibuprofen)
- indien van toepassing: stoppen met roken

### Wanneer naar de huisarts?

- als de pijn, ondanks pijnstillers, niet minder wordt;
- als u er erg ziek van bent
- als u langer dan drie dagen koorts heeft (hoger dan 38°C); jonge kinderen na een dag koorts;
- als u opnieuw koorts krijgt na een paar koortsvrije dagen;
- als de klachten in twee weken nog niet zijn verminderd;
- als u meer dan drie keer per jaar een kaakholtte-ontsteking heeft.

Zie voor meer medische informatie bij 'zelfzorg' op onze website:  
[www.uhm-hetdok.nl](http://www.uhm-hetdok.nl)





## AFSCHEID

Via deze weg wil ik u mededelen dat ik per 1-2-2007 een baan heb geaccepteerd als praktijkondersteuner in Heerenveen.

Ik heb ruim 4 jaar met veel plezier gewerkt op Urk en heb hier fijne contacten opgedaan als praktijkondersteuner. Er is door de Urker Huisartsen Maatschappij voor goede vervanging gezorgd. Bedankt voor uw vertrouwen in mij de afgelopen 4 jaar! Voor de toekomst wens ik u het allerbeste!



Met vriendelijke groet,  
Jitsche Munniksma

(de werkzaamheden van Jitsche zullen overgenomen worden door Anja Blok, Joke Slim en Sandra Lips)



## DE PRAKTIJKONDERSTEUNERS

Anja Blok, Sandra Lips, Joke Slim

**Waar houden zij zich mee bezig in de huisartsenpraktijk?**

Zij houden verschillende spreekuren binnen de huisartsenpraktijken, voor patiënten met: Diabetes, Astma/COPD en Hypertensie (hoge bloeddruk). Het is belangrijk dat zij regelmatig voor controle komen.

Ook bezoeken ze namens de huisartsen de oudere patiënten thuis, bewoners in de verzorgingshuizen Talmahaven en Het Dok, en chronische zieken.

Soms worden ook kraamvisites door hen gedaan.

**Misschien bent u ze al eens tegen gekomen!**

## NA 25 JAAR...

De stroom van felicitaties ter gelegenheid van ons 25 jarig jubileum heeft ons enorm goed gedaan.

Tekeningen, kleurplaten, brieven, wenskaarten, anekdotes bij bevallingen, herinneringen aan het overlijden van een dierbare, cadeaubonnen, bloemen en prachtige kunstwerken.

Een boek vol. Een kamer vol. Vooral de heel persoonlijke ervaringen die zo weer bij ons in herinnering worden gebracht zijn een enorme verrijking.

Een mooiere beloning is niet denkbaar. Iedereen heel hartelijk dank daarvoor.

Lia en Wim de Visser



**ALGEMENE PRAKTIJKNUMMERS:**  
**OVERDAG: 247024**  
**BUITEN KANTOORUREN: 0900-3336333**



## JAN-PETER BALKENENDE

De faam van het Dok wist al ras onze residentie te bereiken. Reden voor de Nederlandse premier om in het kader van de CDA verkiezingscampagne Urk aan te doen.

Even geen begrotingstekort of quoteringsproblemen. Maar enthousiasme over wat er met samenwerking in de zorg bereikt kan worden.

Een voorbeeld voor het hele land, volgens Jan Peter Balkenende. In zijn verkiezingstoespraken heeft hij het nieuwe woon-zorgcentrum Het Dok nog diverse keren als voorbeeld aangehaald.



## PRAKTIJKMANAGER

Graag wil ik mij even voorstellen. Ik ben Ilona Hector en werk 4 ½ dag per week als praktijkmanager en doktersassistente in Het Dok. Voordat we naar het Dok gingen, heb ik 3,5 jaar als assistente gewerkt voor dr. Dick Visser.

Graag wil ik kort mijn taken als praktijkmanager even toelichten, want ik kan me voorstellen dat niet iedereen weet wat een praktijkmanager nu eigenlijk doet.

Ik maak wekelijks een werkrooster voor de assistentes, omdat iedere assistente per dag andere werkzaamheden heeft. Ook kunnen de assistentes bij mij vrije dagen en vakantie aanvragen en ze kunnen zich bij mij ziek melden.

De taak van praktijkmanager is heel veel regelen, o.a. de dagelijkse werkzaamheden,

Verder probeer ik eventuele klachten van patiënten op te lossen. Ik zorg dat de assistentes cursussen volgen. En ik begeleid de stagiaires, die de opleiding doktersassistente doen. Ik plan vergaderingen en bereid ze voor.

Ook signaleer ik eventuele knelpunten in de dagelijkse werkzaamheden en ben ik tussenpersoon tussen de huisartsen en de assistentes.

Alle bovengenoemde taken doe ik gemiddeld 3 tot 4 ochtenden in de week. Als er een collega ziek is of een vrije dag heeft, dan val ik in als doktersassistente.

Mocht u nog wat willen vragen, ik ben iedere werkdag in het Dok aanwezig!



## DE ASSISTENTES

Waar is meen assistente eblieven???

Goeiemorgen, met.....

Hallo, met mevrouw Kramer, spreek ik met de assistente van dokter Jonkheer?

Ja hoor, wij zijn nu assistente van alle vier de huisartsen!

Dit begin van een telefoongesprek hebben we meerdere malen meegemaakt. En maken we nog steeds mee. Het is voor ú wennen, en voor ons ook. Assistenten zijn van vier huisartsen in plaats van één. Dat betekent ál ons werk maal vier. Vier keer zoveel telefoongesprekken, vier keer zoveel wonden om te verbinden, vier keer zoveel spuiten om te geven enz.

Hoe hebben we dit geregeld?

In de eerste plaats hebben we een **praktijkmanager**. Zij is een soort hoofdassistente die alles coördineert. De praktijkmanager (Ilona, voorheen assistente van Dick Visser) zorgt dat er elke week een werkschema is voor alle negen assistentes. Elke dag heeft een assistente een bepaalde dienst. Behandelkamer-, telefoon-, balie- of bijspringdienst.

Verder is elke werkdag van 8-13 uur een assistente op wijk 8 aanwezig. Meestal is dat Rianne, maar als ze er niet is, valt een andere assistente in. Dus kunt u elke werkdag van 8-13 uur op wijk 8 terecht.

Zo, nu weet u een beetje hoe het in z'n werk gaat. Vroeger moesten we alles tegelijk doen. Was je net in de behandelkamer bezig met bloed afnemen, ging de telefoon!

Dat is nu voor de patiënt én de assistente een stuk beter geregeld. Het is de bedoeling dat u in elk mededelingenblad een stukje van een assistente krijgt te lezen. **Voor ons ook nieuw, maar wél leuk!**

De assistentes.



## WIST JE DAT...

- Er al geruime tijd een weekendspreekuur is in het DOK.

*O ja joh?*

- Ja, op zaterdag vanaf 11 uur en op zondag vanaf 2 uur 's middags.

*Hoe gaat dat dan?*

- Nou, je belt het nummer van de dokterspost (0900-333633) en je regelt een afspraak.

*Handig voor vissermannen en zo.*

- En wist je dan ook niet dat er woensdagavond een spreekuur is?

*Nee!*

- Nou, dat is voor werkende mensen. 't Is vaak moeilijk een dag vrij te vragen voor een bezoek aan de dokter!

*Handig, ook via dat 0900 nummer dan?*

- Nee, gewoon overdag bellen naar het DOK (247024).

**En nou ik toch bezig ben:**

Er zijn nog steeds mensen die denken dat er voor een spoedvisite iemand uit Emmeloord moet komen in de avonden en weekenden. En voor een bevalling ook.

Nou, dat hebben we prima geregeld, want 4 van de 5 keer is het een Urker dokter, die dienst heeft vanuit zijn eigen huis. Die heeft zijn handen vrij voor dit werk.

En o ja, die vijfde arts dat is dokter (Con) Geboers uit Creil/ Espel met wie we al jaren samenwerken.

## DOKTER POTMAN

Velen van u hebben inmiddels kennisgemaakt met dokter (Richard) Potman.

Hij is onze graag geziene waarnemer.

Hij valt regelmatig in bij wat langere afwezigheid van één of twee artsen, zoals in vakantieperiodes.

## VOOR UW GEMAK, ALLES ONDER EEN DAK!

Huisartsenpraktijk 'Het Dok' is open voor nieuwe patiënten. Ook de praktijk van Dr. C.L. (Kees) de Visser is open voor nieuwe inschrijvingen.

Deze jonge gepromoveerde huisarts is breed wetenschappelijk geschoold. Hij is met name gespecialiseerd in ziekten die te maken hebben met hart- en bloedvaten zoals diabetes mellitus, hoge bloeddruk, hartfalen. Ook is hij gespecialiseerd in het onderzoeken van erfelijke aandoeningen in de Urker samenleving.

Aanmelden voor deze praktijk kan via de assistentes van huisartsenpraktijk het Dok. **Tel. 247024.**

## DANTUMA

Dantuma Medische Speciaalzaken is een bedrijf dat is gespecialiseerd in medische hulpmiddelen.

Er zijn specialisten werkzaam op het gebied van therapeutische elastische kousen, orthopedische hulpmiddelen, mamma care, incontinentie, stoma, diabetes, wondverzorging, hoortechneek en orthopedisch schoeisel.

Met al deze kennis en vaardigheid voorzien wij onze klanten van het juiste hulpmiddel. Kwaliteit en service gericht op de klant staat hoog in ons vaandel

Vanaf januari 2007 houdt Dantuma Medische Speciaalzaken iedere maand spreekuur in gezondheidscentrum Het Dok.

Elke tweede maandagmiddag van de maand zijn wij volgens afspraak aanwezig van 13.30 tot 16.30 uur voor het aanmeten van elastische kousen, steunzolen of een brace voor pols/nek/knie of andere gewrichten. Voor alle andere productgroepen zoals hoortoestellen of incontinentiematerialen kunt u ook langskomen op onze vestiging in Emmeloord.

Om een afspraak te maken op één van onze spreekuren kunt u bellen met het gratis nummer 0800-2800409.

Graag zien we u terug op ons spreekuur.



**ALGEMENE PRAKTIJKNUMMERS:**

**OVERDAG: 247024**

**BUITEN KANTOORUREN: 0900-3336333**



## DE DOKKIES voor de kleintjes

### KLEURPLAAT



## ACTIVITEITEN VAN HET ZIEKENHUIS IN HET DOK

### Bloedafname:

Ma/Wo/Vrij van 8.30 tot 9.30 uur.

### Thrombosedienst:

Ma/Wo van 8.30 tot 9.30 uur.

### Hartfalenspreekuur:

Elke tweede dinsdagmiddag van de maand. Afspraken via ziekenhuis.

### Rookstopverpleegkundige:

Elke eerste dinsdagochtend van de maand. Afspraken via ziekenhuis.

### Vaatlaboratorium onderzoek:

Elke donderdag. Afspraken via ziekenhuis

### Dantuma (voor aanmeten kousen e.d.):

Elke 2<sup>e</sup> maandagmiddag van de maand. Afspraken via 0800-2800409.

### Bloedafname en Thrombosedienst in het medisch centrum (wijk 8-2):

Dinsdag en donderdag van 8.30 tot 9.30 uur.

## URKER HUISARTSEN MAATSCHAP

G.J. Jonkheer • Dr C.L. de Visser  
D. Visser • W. de Visser

Huisartsenpraktijk Het DOK  
Vlechtuinen 1-G • 8322 BA URK  
T 0527-247024 (spoed 687301)

Huisartsenpraktijk locatie Wijk 8-1  
Wijk 8-1 • 8321 TG Urk

Buiten kantoortijden: 0900-333 6 333  
bij spoed toets 1

[www.uhm-hetdok.nl](http://www.uhm-hetdok.nl)

## OPENINGSTIJDEN HET DOK

**Alle werkdagen: van 8.00-17.00**  
Afspraak maken: 0527-247024

**Woensdag: Avondspreekuur 19.00-20.00**  
Afspraak maken: 0527-247024

**Zaterdag: Weekendsprekkuur 11.00-12.30**  
Afspraak maken: 0900 3336333

**Zondag: Weekendsprekkuur 14.00**  
Afspraak maken: 0900 3336333

## OPENINGSTIJDEN WIJK 8-1

**Maandag: 8.00-13.00 / Spreekuur 8-11 uur**  
Afspraak maken: 0527-247024  
*Wim de Visser*

**Dinsdag: 8.00-13.00**  
Afspraak maken: 0527-247024  
*Anja Blok*

**Woensdag: 8.00-13.00 / Spreekuur 8-11 uur**  
Afspraak maken: 0527-247024  
*Kees de Visser*

**Donderdag: 8.00-13.00**  
Afspraak maken: 0527-247024  
*Sandra Lips*

**Vrijdag: 8.00-13.00 / Spreekuur 8-11 uur**  
Afspraak maken: 0527-247024  
*Wim de Visser*

### ALGEMENE PRAKTIJKNUMMERS:

**OVERDAG: 247024**

**BUITEN KANTOORUREN: 0900-3336333**