

Op naar een gezond leven met een leefstijlcoach

Pallion helpt patiënten op weg naar een gezonde leefstijl. Als eerste huisartsenpraktijk in Zeeuws-Vlaanderen gaat Pallion op verzoek van zorgverzekeraar CZ aan de slag met het proefproject COOL (COaching Op Leefstijl). COOL is onderdeel van het gezondheidsproject Happy People van stichting Hulst voor Elkaar.

COOL richt zich op mensen met een (hoog risico op een) chronische aandoening, zoals diabetes, hart- en vaatziekten en overgewicht. Zij hebben veel baat bij een gezondere leefstijl. Deelnemers aan het project COOL worden doorverwezen vanuit de praktijkondersteuners van Pallion. De cursus wordt vergoed door de zorgverzekeraar.

Leefstijlcoach Tom Erpelinck ondersteunt COOL vanuit stichting Hulst voor Elkaar. Hij vertelt: "We zorgen dat mensen zelf de regie nemen over hun gezondheid en welzijn, met goede voeding en beweging. Het doel is: je goed voelen, met alle mogelijkheden en beperkingen die je hebt. We richten ons op het geheel: de lichamelijke, geestelijke én maatschappelijke situatie van de deelnemer. We leren wat gezonde gewoontes zijn. Hoe pas je die blijvend toe op je eigen situatie?" Tom begeleidt sinds juni de eerste twaalf cliënten. Drie maanden lang werken zij met individuele sessies en groepsbijeenkomsten aan hun gezondheid.



Leefstijlcoach Tom Erpelinck

Orthopeden kijken mee tijdens spreekuur

Het meekijkconsult met orthopedisch specialisten in onze praktijk is een schot in de roos.



Huisarts S. Stitzinger en orthopedist M.P. Van de Kerkhove tijdens het meekijkspreekuur orthopedie.

Sinds enkele maanden zijn orthopeden M.P. van de Kerkhove en F. Nijman van ZorgSaam Ziekenhuis elke twee weken in onze praktijk. Zij ondersteunen om beurten huisarts S. Stitzinger tijdens het spreekuur en geven direct advies aan de patiënten. Beide specialisten zijn enthousiast over de samenwerking. Huisarts S. Stitzinger ook. Zij benadrukt het grote voordeel voor de patiënten: "Ze hoeven voor deze vorm van hoogwaardige specialistische zorg niet meer naar het ziekenhuis. Ze blijven in de vertrouwde omgeving, dichtbij huis."

De samenwerking met de orthopeden wordt gevolgd door het Erasmus MC in Rotterdam, waar Pallion als academische huisartsenpraktijk aan verbonden is. Het meekijkspreekuur heeft een zomerstop van 1 juli tot en met 1 september.

Weetjes

Avondspreekuur Pallion blijft

Het avondspreekuur in Pallion gaat door, na een succesvolle proefperiode. Huisartsen V. Voorbrood en S. Stitzinger houden elke donderdag avondspreekuur tot 20.00 uur. Een afspraak maken kan via de assistente. Het avondspreekuur is niet bedoeld voor spoedeisende hulp, maar als extra service voor niet-acute zaken.



Pallion is 's avonds niet telefonisch bereikbaar. De Huisartsenpost (HAP) in Terneuzen is er voor spoed in de avond en in het weekend. De apotheek in Hulst is 's avonds niet geopend. Medicijnen die tijdens het avondspreekuur worden voorgeschreven, kunnen de volgende dag worden afgehaald.

Weetjes



Reumazorg met een plus

Patiënten met reumatoïde artritis hebben een verhoogd risico op hart- en vaatziekten. Reumazorg is sinds 1 maart 2015 binnen Pallion gevestigd. Patiënten met een verhoogd risico worden door de reumatologen voor een extra check doorgestuurd naar CVRM-praktijkondersteuners Annelies van de Kreeke en Annet van Es.

Welkom nieuwe collega's

Pallion verwelkomt twee nieuwe collega's. Hein Bockholts is doktersassistent in opleiding. Natascha de Schepper is praktijkondersteuner en ondersteunt samen met Sabijn de Cocker de huisartsen op het gebied van geestelijke gezondheidszorg.

Oog voor ouderen

De gemeente Hulst en Pallion werken samen aan een betere zorg voor ouderen. De wijkverpleging en de verpleegkundige ouderenzorg van Pallion bespreken wekelijks hun patiënten op leeftijd met elkaar. Ouderenverpleegkundige Tamara van den Berge zegt: "Door dit directe overleg signaleren we het eerder als er medische hulp nodig is."



Tamara van den Berge (l) en wijkverpleegkundige Michelle



Opgelet: Geeft u toestemming?

Zorgverleners bij wie u 's avonds, in het weekend of bij spoed terecht komt, kunnen uw medische gegevens nodig hebben voor uw behandeling. Het Landelijk Schakelpunt (LSP) is een beveiligd netwerk waarop medische gegevens tussen zorgverleners worden uitgewisseld. Dat kan van belang zijn als u bijvoorbeeld bij de Huisartsenpost terecht komt.

Bent u akkoord dat andere zorgverleners uw medische gegevens kunnen inzien? Geef dat dan voor 1 september 2017 aan via www.pallion.nl/ik-geef-toestemming of via e-mail: info@pallion.nl. U kunt dit ook mondeling aan ons doorgeven, aan de balie of telefonisch. Let wel: iedereen moet het individueel melden. Vanaf 16 jaar geldt: zelf contact opnemen. Ouders van kinderen tussen 12 en 16 jaar moeten meeondertekenen. **Kijk voor meer informatie op www.ikgeeftoestemming.nl.**

Bereikbaarheid

Onze praktijk is tussen 10.00 en 10.30 uur minder goed bereikbaar vanwege de dagelijkse overdracht. Wilt u een afspraak maken of een visite aanvragen? Bel ons dan tussen 8.00 en 10.00 uur.

Griepvaccins

In het najaar is het weer tijd voor de jaarlijkse grieprik. Deze wordt in Hulst gegeven en voortaan ook weer in Sint Jansteen, in De Warande. Dit om aan het verzoek van de dorpsraad tegemoet te komen. In oktober ontvangen patiënten die in aanmerking komen voor de grieprik een uitnodiging.



Team Pallion
wenst u
een stralende
zomer!