

December 2023

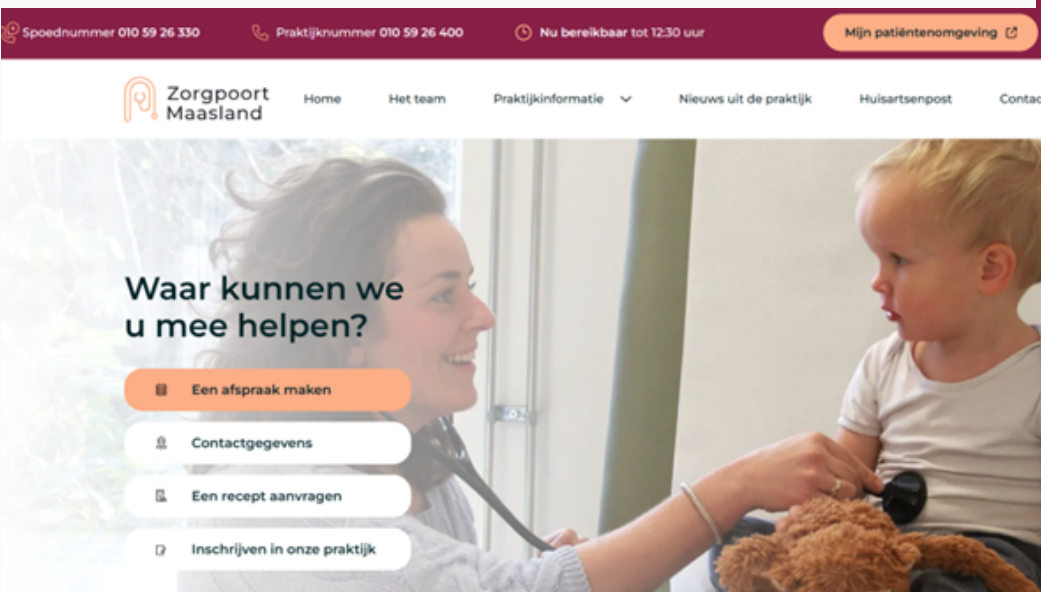
NIEUWSBRIEF

Huisartsenpraktijk Zorgpoort Maasland



Nieuwe website

Onze oude website (hetdoelpunt.praktijkinfo.nl) is vervallen. De nieuwe website kunt u vinden via www.zorgpoortmaasland.nl. Op onze nieuwe website kunt u alle informatie vinden over de meeste praktische zaken rondom onze praktijk. U leest hoe u herhaalmedicatie kunt bestellen, inloggen in uw online dossier, over onze openingstijden en bereikbaarheid. Daarnaast vindt u er handige links over gezondheid en ziekte en de meest voorkomende vragen en klachten.



In deze nieuwsbrief:

- Nieuwe website
- Nieuwe naam praktijk
- Bereikbaarheid
- Nieuwsbrief blijven ontvangen?
- Operatie in het buitenland
- Thuisarts
- Bloedafname
- Hart- en vaatziekten bij vrouwen
- Aandacht voor leefstijl



Zorgpoort Maasland

Nieuwe naam praktijk

Zorgpoort Maasland: per 1 januari 2024 onze nieuwe naam. Dr. Roza en dr. Vreugdenhil zullen de praktijk samen voortzetten. Daarom wordt de naam "huisartsenpraktijk Doelpunt" veranderd in "Zorgpoort Maasland". Er zullen wat uiterlijke veranderingen gaan plaatsvinden, maar de zorg en bereikbaarheid blijft zoals u van ons gewend bent.

MijnGezondheid.net

MijnGezondheid.net is een online omgeving waarmee u eenvoudig en snel gezondheidszaken bij uw huisarts of apotheek kunt regelen. Informeer bij uw huisarts of apotheek of deze MijnGezondheid.net aanbiedt. Als aanvulling op het patiëntenportaal MijnGezondheid.net kunt u gebruik maken van de app **MedGemak**.



Afspraken maken met uw huisarts en apotheek



Medicijnen bestellen



Inzage medisch dossier



Online vragen stellen



Toegang via de app MedGemak

MedGemak:
de mobiele
app voor
uw telefoon
of tablet.

Dagelijks kunt u bellen tussen 8.00u en 11.00u en tussen 16.00u en 16.45u. U kunt inloggen in uw dossier via de knop op onze website of door naar www.mijngezondheid.net te gaan. Ook kunt u de app MedGemak downloaden op uw telefoon. Hier kunt u afspraken inplannen, herhaalmedicatie aanvragen, vragen stellen aan de huisarts en uw medische gegevens inzien.

Per email zijn wij niet meer bereikbaar voor patiënten, u kunt ons via uw dossier (knop: vraag aan huisarts) bereiken voor medische vragen. Uiteraard bent u ook welkom om ons te bellen.





Zorgpoort Maasland

Bereikbaarheid

Er verandert niets aan de tijden waarop wij bereikbaar zijn. Dagelijks kunt u bellen tussen 8.00u en 11.00u en tussen 16.00u en 16.45u.

Als u een dringende vraag of klacht heeft, belt u dan ten alle tijde met de assistente. Voor dringende klachten kunt u namelijk altijd dezelfde dag gezien worden door de huisarts. Ook al lijkt er online geen plek in onze agenda, belt u dan met de assistente voor overleg. Er zijn namelijk altijd spoedplekken beschikbaar.

Komt u er niet uit met het online dossier? Neem contact met ons, we helpen u hier graag bij.

Nieuwsbrief blijven ontvangen?

Wilt u onze nieuwsbrief blijven ontvangen? Schrijft u zich dan in via onze website. U ontvangt dan automatisch onze nieuwste updates op het door u opgegeven emailadres. U ontvangt maximaal 4x per jaar een nieuwsbrief van ons.

Geen plek
in online
agenda?

Neem
telefonisch
contact met
ons op.

Nieuwsbrief
blijven
ontvangen?
Schrijf u in
via onze
website.



Zorgpoort Maasland

Operatie buitenland

Bent u in het buitenland geweest voor een (cosmetische) ingreep of in een privékliniek in Nederland? Geeft u dit alstublieft aan ons door, dan noteren wij dit in uw dossier. Het is van belang voor uw behandeling dat wij op de hoogte zijn van uw complete medische voorgeschiedenis. Wij behandelen uw gegevens uiteraard vertrouwelijk.

Thuisarts.nl

Wist u dat u voor betrouwbare informatie over gezondheid en ziekten, samengesteld door huisartsen, terecht kunt op de website van thuisarts.

Bloedafname

U kunt op dinsdag- en donderdagochtend van 08.00u tot 09.00u bij ons in de praktijk bloed af laten nemen.

U hoeft hiervoor geen afspraak meer te maken. Bloedafname kan alleen met het daarvoor bestemde formulier dat u van de huisarts of specialist heeft gekregen.

Heeft u van de specialist een digitale verwijzing voor bloedprikken? Print deze dan uit, anders kan het laboratorium in onze praktijk u helaas niet helpen.

Geopereerd
in het
buitenland?

Geef dit aan
ons door!

Kijk ook eens
op
thuisarts.nl

Bloedafname
zonder
afspraak.



Zorgpoort Maasland

Hart- en vaatziekten bij vrouwen

Onlangs bezocht één van de huisartsen en de praktijkondersteuner somatiek een congres over het vrouwenhart. Er wordt de laatste jaren veel onderzoek gedaan naar hart- en vaatziekten bij vrouwen. Vrouwen hebben vaak andere klachten dan mannen en uit onderzoek blijkt dat de vrouwelijke hormonen, tot de overgang, extra bescherming bieden. Maar wat dan als een vrouw vroeg in de overgang komt? Ook blijken andere risicofactoren, zoals zwangerschapsvergiftiging en diabetes een belangrijke rol te spelen in de risicofactoren bij het ontstaan van hart- en vaatziekten bij vrouwen.

Feiten vrouwen en hartklachten (bron: hartstichting)

- Vrouwen hebben bij een hartinfarct vaker signalen die minder duidelijk zijn dan mannen.
- Na problemen in de zwangerschap (hoge bloeddruk en diabetes) loop je een hoger risico op latere hartklachten.
- Slagaderverkalking ontwikkelt zich bij vrouwen vaak anders dan bij mannen.
- Vrouwen hebben vaker problemen in de allerkleinste bloedvatjes in het hart.
- Vrouwen krijgen zo'n 7 tot 10 jaar later hartklachten dan mannen. Vrouwelijke hormonen lijken hen tot de overgang te beschermen.

Wilt u meer weten over dit onderwerp of wilt u zelf een keer de risicofactoren in kaart laten brengen? Maak dan een afspraak bij onze praktijkondersteuner Andrea. Bent u bekend met zwangerschapshypertensie of -vergiftiging (HELPP-syndroom) in het verleden, kom dan ook eens langs voor extra controle.

Hart- en
vaatziekten
bij vrouwen,
meer
informatie:

Bezoek de
website van
de
hartstichting.



Zorgpoort Maasland

Aandacht leefstijl

Ongeveer 80 procent van de hart- en vaatziekten (bijv. beroerte, hartaanval, trombose) kan worden voorkomen door een gezondere leefstijl. Dat blijkt uit studies van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO).

Slagaderverkalking is vaak een oorzaak van deze hart- en vaatziekten. Gezonder leven kan slagaderverkalking voorkomen.

Ook kan een gezondere leefstijl helpen bij het voorkomen van andere aandoeningen, zoals diabetes type 2 (suikerziekte) en kanker. Een gezonde leefstijl is uiterst belangrijk bij de behandeling van en bij het leven met een ziekte. Daarom hebben we steeds meer aandacht voor leefstijl in de spreekkamer.

Er is een speciaal leefstijlprogramma beschikbaar voor mensen met overgewicht. De GLI (gemeente leefstijl interventie) is een 2 jaar durend programma waarin samen met een leefstijlcoach, diëtist en fysiotherapeut wordt gewerkt naar een gezondere leefstijl. Het programma wordt volledig vergoed door de zorgverzekeraars en gaat niet ten koste van het eigen risico. De huisarts en praktijkondersteuner somatiek weten welke programma's hiervoor in aanmerking komen. U heeft hiervoor een verwijzing nodig van de huisarts.

Wilt u weten of u in aanmerking komt om met een leefstijlprogramma mee te doen of wilt u met onze ondersteuning werken aan uw leefstijl? Neem dan contact met ons, dan helpen we u graag verder.

Wist u dat
80% van de
hart- en
vaatziekten
(beroerte,
hartaanval,
trombose)
voorkomen
kan worden
door
gezonder te
leven?