



Nummer 1 / April 2018



Nieuwsbrief Patiëntenvereniging SCCH

In dit nummer:

- 1 Voorwoord
- 2 Ledendag
- 2 Zorgstandaard
- 3 Omgaan met pijn - deel 2
- 7 LUMC
- 8 Disclaimer

Voorwoord

2017 ligt alweer even achter ons. Het was een turbulent jaar voor onze vereniging. Door verschillende omstandigheden was het daarnaast een onzeker jaar. Toch hebben we door alle inzet en gesprekken, eind vorig jaar een nieuw werkbaar bestuur weten te vormen. Met mensen die de vereniging een warm hart toedragen. 2018 belooft dan ook een boeiend jaar te worden.

Verenigingsnieuws

Op 26 mei zal onze jaarlijkse Algemene ledenvergadering in van der Valk, te Houten worden gehouden.

Voorafgaand aan de ALV is er een themamiddag over de invloed van bisfosfonaten op de kaak. Voor de nieuwsbrief ontvangt de vereniging graag input van de leden. Heeft u een ervaring die u graag wilt delen, stuur dan uw verhaal in maximaal 350 woorden en een foto op naar het secretariaat, info@scch.nl. Onderwerpen zijn er natuurlijk genoeg. Immers heeft SCCH impact op het hele leven. Een aantal voorbeelden. Uw ervaringen met medicatie, bijwerkingen of ervaringen op het gebied van werk, bewegen. Waar loopt u tegen aan, heeft u een vraag aan uw mede leden of wellicht een praktische tip.

Wilt u graag een bijdrage leveren? Laat het ons dan weten via: info@scch.nl.

Landelijke ondersteuning

Op 28 februari heeft het bestuur gesproken met Natasha Appelman van het LUMC. Het LUMC wil collega's in het land graag ondersteunen. Wanneer u denkt dat het nuttig is om uw arts in contact te brengen met het LUMC, kunt u dat altijd aan uw arts aangeven. Hoe beter een arts op de hoogte is van de aandoening, hoe beter hij u natuurlijk kan ondersteunen.

Groet, Gerrit Nijhoff w.n. voorzitter

Patiëntenversie Zorgstandaard Chronische Pijn

Hoe krijg je betere pijnzorg als patiënt met chronische pijn? Dat staat in de speciale uitgave voor patiënten van de Zorgstandaard Chronische Pijn. Een must voor iedereen die hiermee te maken heeft: voor patiënten en hun naaste omgeving. Deze patiëntenversie is uitgebracht door Pijnpatiënten naar 1 stem, een samenwerkingsproject van 18 lidorganisaties van Ieder(in).

In Nederland heeft 1 op de 5 volwassenen chronische pijn. Het beïnvloedt je leven negatief en beperkt je in je werk en dagelijkse bezigheden. Tot nu toe schiet de behandeling van chronische pijn tekort. Hoe dit beter kan, komt aan bod in de patiëntenversie van de Zorgstandaard Chronische Pijn, ontwikkeld door behandelaars én patiënten samen. Hierin staat beschreven hoe behandelaars met elkaar én met de patiënt beter kunnen samenwerken. Daarnaast bevat deze aanwijzingen om te voorkomen dat acute pijn chronisch wordt en wat de beste ondersteuning is voor de patiënt.

Wat is een zorgstandaard?

Een zorgstandaard beschrijft waaraan goede zorg voor een bepaalde aandoening moet voldoen. Ook biedt deze handvatten voor patiënten om hun eigen gezondheid te verbeteren. De officiële Zorgstandaard Chronische Pijn is een dik en lastig te lezen document. Daarom is hiervan een toegankelijke versie voor patiënten gemaakt met alle informatie voor een zo effectief mogelijke behandeling van chronische pijn. De gezamenlijke opzet en uitvoering zijn uitzonderlijk: vanaf stap één hadden patiënten evenveel invloed als de behandelaars over hoe de Zorgstandaard Chronische Pijn eruit zou zien. De pijnbehandelaars zijn vertegenwoordigd door de Dutch Pain Society (DPS), de pijnpatiënten door het Samenwerkingsverband Pijnpatiënten naar één stem (SWP). De patiëntenversie van de Zorgstandaard Chronische Pijn en de officiële versie zijn te downloaden.

Wist u dat er in Nederland een alliantie is van samenwerkende patiëntenverenigingen waaronder de SCCH? Zie www.pijnpatiëntennaar1stem.nl



LEDENDAG – ALV ZATERDAG 26 MEI 2018

Zaterdag 26 mei organiseren wij weer een ledendag in het van der Valk hotel te Houten, waarbij u opnieuw de mogelijkheid heeft om ideeën en ervaringen met elkaar uit te wisselen. Vanaf 10.30 uur spreekt een kaakchirurg van het LUMC en Natasha Appelman over de kaak, kaak laesies en het gebruik van bisfosfonaten. Na een goed verzorgde lunch van 12.30 tot 13.30 uur zetten we onze jaarlijkse Algemene ledenvergadering in de middag voort. We vermoeden deze dag rond 15.00 uur af te sluiten.

De persoonlijke uitnodiging en bijbehorende stukken sturen we U ongeveer een maand voor de ledendag. Wij zien uit naar uw komst.

Adres van der Valk hotel:

Hoofdveste 25 3992 DH, te Houten



OMGAAN MET PIJN - DEEL 2

VAN PAMELA VAN BOOREN

Even voorstellen: Mijn naam is Pamela van Booren. Sinds 1999 werk ik in natuurdrogisterij 'van der Pigge' in Haarlem. Daar heb ik veel kennis opgedaan over goede voeding en voedings-supplementen. In 2004 werd ik Assistent Drogist en in 2012 ontving ik mijn Drogist diploma. Daarnaast heb ik verschillende opleidingen, workshop en seminars gevolgd waaronder een opleiding voor natuurgeneeskunde aan het Hippocrates te Bloemendaal tussen 1997 en 2002. Ook heb ik een opleiding gevolgd aan de Academie voor natuurgeneeskunde te Utrecht tussen 2004 en 2006. Daarnaast heb ik seminars gevolgd zoals de Solgar Basic and Advanced Course, Bonusan, Nutriphyt, Vitortho, Metagenics etc. Vorig jaar ben ik met een nieuwe functie gestart als brandmanager en volg ik de opleiding Nima A. De drogisterij waar ik werk is lid van de branchevereniging NPN (Natuur- en Gezondheidsproducten Nederland).

Door geconfronteerd te worden met de aandoening SCCH, ben ik mezelf niet alleen als drogist verder gaan verdiepen in voeding en leefstijl, maar ook door pijnklachten waar mijn medicijnen niet tegen hielpen. Vanuit mijn visie, de holistische natuurgeneeskundige visie, geloof ik in de kracht van gezonde voeding en natuurlijke geneesmiddelen.

Met dit artikel wil ik u informeren en adviseren. Adviezen gebaseerd op kennis die ik tijdens mijn werk en studie heb opgedaan. Mocht u een van de adviezen willen uitproberen, dan is mijn eerste tip: ga in overleg met uw arts of specialist in gesprek met een voedingsdeskundige. Bijvoorbeeld een diëtist of een orthomoleculair arts.

In de loop der jaren ben ik steeds beter ben geworden in het bepalen van wat goed voor mij is, op het gebied van voeding, bewegen en leefstijl. Bijvoorbeeld dat ik



voldoende slaap, en verrichte inspanning voldoende afwissel met ontspanning. De kennis die ik heb opgedaan deel ik graag met u. Ik hoop dat u na het lezen van dit artikel zult nadenken over het belang van goede voeding. Voeding die bijdraagt aan een vitaler leven.

Bronnen

Ik heb veel gehad aan de volgende websites. Grasduinen en kennis opdoen, het internet is een geweldige plek. Bepaal zelf wat voor u van waarde is en mijn advies is om dit altijd samen met uw arts of specialist te doen. Overleg en kijk samen wat bij uw situatie past. Laat u steunen in het uitvinden van de beste weg voor u.

Meer weten over voeding en natuurdiëtetiek? Of wenst u meer uitleg over bepaalde gezonde stoffen als vitamine D, visolie, omega 3, kurkuma etc.? Bezoek dan de volgende websites:

www.natuurdiëtisten.nl
www.oersterk.nl
 Stichting Orthokennis
 Natura Foundation
 NCBI Pubmedv

Meer lezen

Weten van (h)eerlijk eten deel 1 en 2, Rineke Dijkina
 Alles voor u hormonen, Rineke Dijkina
 Het energieke vrouwenkompas, Marjolein Dubbers
 Gericht en voeding, Gert Schuitemaker
 Kernegezond in 6 weken, Patrick Holford
 The Inflammation-Free Diet Plan, Monica Reinagel
 Het pijnboek, J. Dillard

Pijn bezien vanuit een holistisch natuurgeneeskundig perspectief

In de nieuwsbrief van december 2017 deelde ik mijn persoonlijke ervaring in het artikel '10 tips tegen pijn'. In dit deel zal ik vanuit mijn expertise als natuurdrogist ingaan op een aantal voedingsaspecten. Door mijn opleiding natuurgeneeskunde ben ik jarenlang geschoold in (natuurlijke) voeding, fytotherapie ofwel kruidengeneeskunde, orthomoleculaire geneeskunde, homeopathie en natuurgeneeskunde. Ik ben altijd bezig met wat de oorzaak van een ziekte zou kunnen zijn. Daarnaast krijg ik via mijn professionele contacten doorlopend informatie, die ik weer deel met mijn klanten van de drogist. Dit geeft mij kennis en inzicht in hoe ik wil omgaan met mijn pijnklachten. Het zoeken naar een mogelijke oorzaak en die aan te pakken, in plaats van mezelf uitsluitend te richten op de symptoombestrijding, heeft mij veel gebracht. Ik zie het als het zoeken naar een sleutel waar de verstoring kan ontstaan; zowel fysiek als geestelijk. Het is aan u om te bepalen of deze manier van kijken naar pijn bij u past. Het vraagt namelijk de bereidheid om naar uzelf te kijken en op zoek te gaan naar wat goed voor u is, met vallen en opstaan. Van daaruit kunt u, met de nodige discipline, keuzes maken en het volhouden. Als ik terugkijk op de afgelopen jaren, kan ik vanuit persoonlijke ervaring vertellen dat deze manier van kijken naar pijn mij veel waard is geweest. Ik ben nog steeds onderweg, en leer iedere dag meer over mezelf. Mijn intrinsieke motivatie is heel hoog omdat ik mij zo goed mogelijk wil voelen en mezelf zo min mogelijk wil beperken.

De juiste voeding kan pijn helpen verminderen

Uw voedingsgewoonten hebben invloed op pijn. Kritisch kijken naar uw eetgewoonten is daarom belangrijk en zinvol bij het verminderen van pijn. (zie F.A.J. Muskiet (2011). *De evolutionaire achtergrond, oorzaak en consequenties van chronische systemische lage graad ontsteking; betekenis voor de klinische chemie.*

Nederlands tijdschrift Klinische Chemie en Laboratoriumgeneeskunde (2011), vol. 36, no. 4.)

Bij ontstekingsziekten zoals SCCH, reuma, fibromyalgie, artritis en artrose zijn ontstekingen de belangrijkste oorzaak van chronische pijn.

Wat u eet heeft invloed op hoe gevoelig uw lichaam is voor ontstekingen en pijn. Het eten van de juiste voedingsstoffen helpt om het ontstekingsproces te beheersen, uw weerstand tegen pijn te vergroten en de bijwerkingen van eventuele medicatie te beperken. En er zijn een aantal belangrijke stappen die u zelf kunt maken, los van welke behandeling dan ook.

De nu volgende tips hebben vooral betrekking op het beheersen van ontstekingspijnen aan spieren en gewrichten aan spieren en gewrichten.

De Basis: Kies voor een gezond voedingspatroon.

Koop pure, onbewerkte en verse producten en kook zelf.

Zo weet u zeker dat er geen toevoegingen zoals smaakversterkers en suiker aan uw voeding zijn toegevoegd. Bijvoorbeeld: Verse groenten en verse kruiden (gedroogde), kiemen, fruit, zeewier, volwaardige granen, vette vis zoals zalm, makreel, sardines en haring, noten en zaden.

Drink voldoende water

Water spoelt het lichaam letterlijk schoon. Dranken zoals zwarte thee, koffie en sappen mag u niet meetellen als vochtbron. Op zijn tijd een glas rode wijn kan ontstekingen tegengaan. 'Op zijn tijd' betekent af en toe een glaasje.

Meer weten over de effecten van smaakversterkers en suikers, kijk op

- www.jessevandervelde.com/vermijd-deze-12-onverwachte-producten-met-e621-ze-geven-de-ze-6-bijwerkingen/
- www.rinedijkkinga.nl/veelgestelde-vragen/voeding-bij-ontstekingen/
- www.rinedijkkinga.nl/veelgestelde-vragen/water
- www.mmv.nl/voedingsmiddel/rode-wijn
- www.ahealthylife.nl/top-8-ontstekingsbevorderende-voedingsmiddelen/

Voorkom een tekort aan voedingsstoffen

Een tekort aan vitamine D kan bijvoorbeeld leiden tot ontstekingen. Net als dat een tekort aan vitamine C kan leiden tot scheurbuik. In de orthomoleculaire geneeskunde gaat men uit van een optimale voedingstoestand, door het toedienen van een hogere dosis vitamines en mineralen dan aanbevolen in de ADH, om ziekten te behandelen zonder dat het toxisch is.

Meer informatie:

Linus Pauling, nl.wikipedia.org/wiki/linus_pauling
Vitamine D, www.orthokennis.nl/nutrienten/vitamed

Let op uw gewicht

Overgewicht en onder andere buikvet, kunnen ontstekingsprocessen aanwakkeren. Laat uw voeding dus bestaan uit voedingsproducten met zoveel mogelijk gezonde voedingsstoffen, die energie geven en herstel bevorderen. Dat betekent concreet dat uw voeding moet bestaan uit: groenten, groenten, en nog eens groenten.

Ontstekingen en Pijn: de voedsel do's en dont's

DO'S – Eet jezelf gezond met deze voedingsmiddelen

Biologische zuivel en vlees

Biologische boeren geven hun koeien natuurlijke voeding: namelijk gras. Dankzij natuurlijke voeding heeft de koeienmelk de juiste vetzuursamenstelling. Biologisch vlees en zuivel van met gras gevoerde koeien, kunt u daarom met mate eten. Een andere mogelijkheid is om te kiezen voor zuivel van geiten of schapen. Voor het koken zijn er ook biologische kookroom cuisine varianten. Niet biologische koeien krijgen vaak meer medicatie toegediend zoals preventieve antibiotica en groeihormonen. Daarbij zitten er vaak meer bestrijdingsmiddelen in het voer van deze koeien.

Als alternatief voor melk kunt u tegenwoordig ook kiezen uit verschillende plantaardige zuivel zoals:

- amandelmelk
- rijstmelk
- sojamelk
- havermelk



Eiwitten

Voldoende eiwitten in het lichaam zorgen ervoor dat ontstekingen in uw lichaam beter kunnen herstellen. Peulvruchten, noten en zaden zijn goede plantaardige eiwitbronnen. Noten zijn ook rijk aan gezonde ontstekingsremmende vetzuren. (Biologische) eieren, (biologische) bottenbouillon, wilde vette vis en (biologisch) vlees, het liefst kip en wild, zijn goede dierlijke eiwitbronnen.

Bij het eten van eiwitten is het van belang om voldoende groenten te eten. Groenten leveren de basevormende mineralen die uw lichaam helpen de zuur base balans te behouden.

Gekweekte zalm wordt gekweekt in grote bassins, waar ze gevoerd worden met granen in plaats van alg; een bron van omega 3.

Plantaardige bronnen van eiwitten zijn:

- quinoa
- peulvruchten
- paddenstoelen en champignons
- haver(-mout)
- noten en zaden
- spirulina
- broccoli
- soja

DON'TS - Vermijd zoveel mogelijk de volgende voedingsmiddelen.

Fastfood / gefrituurd voedsel.

Fastfood en gefrituurd voedsel hebben over het algemeen weinig voedingswaarden. Ze dragen eerder bij aan een slechte gezondheid, doordat ze veel verzadigde vetten, zout en calorieën bevatten. Daar komt bovenop dat er niet veel vezels, vitamines en mineralen in zitten. Meer informatie over het eten van junkfood. ussevandervelde.com

Sterk bewerkte voedingsmiddelen

Kant-en-klarmaaltijden en voeding en sauzen uit pakjes en zakjes zijn slecht voor de gezondheid. Hoe meer het voedsel is bewerkt, des te ongezonder de samenstelling van de voeding zal zijn. De hoeveelheid vitamines, mineralen, vezels en eiwit neemt af, terwijl de hoeveelheid verzadigd vet en toegevoegde suikers toeneemt.

Gebak en koek met kunstmatige bakvetten

Deze bevatten vaak veel ongezonde vetten zoals transvetzuren en een teveel aan omega 6-vetzuren. Een teveel aan omega 6 stimuleert laaggradige ontstekingen in het lichaam en verstoort de doorbloeding. Goede voedingsstoffen komen daardoor niet meer op de juiste plekken terecht, en wanneer afvalstoffen niet goed worden afgevoerd, nemen pijnklachten toe.

Zuur-Base in balans

Een verzuurd lichaam veroorzaakt een tekort aan verschillende mineralen. De pH waarde van ons bloed wordt ontzettend nauw gereguleerd en moet tussen de 7,37-7,45 blijven. Verzuurd bloed zal bijvoorbeeld calcium aan de botten onttrekken, zodat het bloed minder zuur wordt. Zure afvalstoffen in het lichaam zijn een gemakkelijke voedingsbron voor ontstekingen, schimmels, stofwisselingslakken en diverse kwaadaardige bacteriën. Met name via de darmen komt er een overschot aan zuren terecht in het bind- en vetweefsel en veroorzaakt immuniteitsstoornissen. De zuurgraad hangt dan ook nauw samen met de kwaliteit van leven. ussevandervelde.com

Gezond en betaalbaar

Gezond eten kan echt betaalbaar zijn. Het gaat erom een voedingspatroon te vinden met natuurlijke producten, gebaseerd op wat u nodig heeft. Eet bijvoorbeeld regelmatig vegetarisch of veganistisch. Dit scheelt niet alleen in de portemonnee, maar ook in dierenleed en druk op het milieu.

Het veranderen van uw voedingsgewoonten is niet eenvoudig. Ik hoop dat ik u met dit artikel vooral aan het denken heb gezet. Wellicht is het een eerste stap om te kijken naar uw eigen voedingspatroon. Veranderen doet u met kleine stapjes. Een eerste stap kan zijn: houd een eetdagboek bij. Zo kunt u op een overzichtelijke manier bekijken of uw voedingspatroon de juiste is. Kleine stapjes geven een meer blijvend resultaat dan stappen nemen die eigenlijk te groot zijn. Inmiddels ben ik al al twee jaar bezig met het verbeteren van mijn voeding. Stap voor stap boek ik meer goede resultaten, maar het moet wel behapbaar blijven.

Het is tenslotte uw lijf en uw leven. Er is er maar één die goed voor dat lijf kan zorgen en dat bent u. Ik wil graag met zo min mogelijk pijn door het leven. In mijn zoektocht naar een leven zonder pijn, is het helaas nog niet gelukt om helemaal pijnvrij te zijn; maar de situatie is nu gelukkig een stuk leefbaarder. Wat wilt u voor uzelf?

Wil u aan de slag met gezonde voeding? Dan kunt u het volgende doen:

1. Kijk samen met een diëtiste naar uw voeding en eetpatroon, met of zonder een verwijzing van de huisarts.
 - NVD is de diëtistenvereniging met alle informatie over diëtisten bij u in de buurt.
 - Natuur Diëtisten Nederland is een collectief van professionele diëtisten met een brede kijk op voeding en gezondheid. Een initiatief van Marijke de Waal Malefijt
2. Een orthomoculair arts kan u ook adviseren.
3. Het voedingscentrum biedt veel informatie over gezonde voeding en de schijf van vijf.

Mocht u vragen hebben naar aanleiding van dit artikel, dan kunt u mij mailen via: info@vanderpigge.nl of info@scch.nl



Reumafonds

Het Reumafonds is er voor u

Zoekt u goede en uitgebreide informatie over reuma en leven met reuma? U vindt deze op www.reumafonds.nl. Volg ons en praat ook mee op facebook.com/Reumafonds.

Een dag uit de week van ...

JOYCE HOGEWONING-REWIJK



Joyce Hogewoning-Rewijk is 32 jaar en werkt als doktersassistente en medisch secretaresse in het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC). Een aantal jaar geleden is ze als medisch secretaresse begonnen voor onder andere dr. Hamdy en dr. Appelman-Dijkstra. In de loop der jaren is ze meer en meer voor het Botcentrum gaan werken en zijn haar taken veranderd. Ze vertelt hoe een dag uit haar werkweek eruit ziet.

“Ik werk nu drie dagen in de week. Sinds vorig jaar werk ik alleen nog maar voor het Botcentrum. Ik doe wekelijks twee spreekuren als doktersassistente. De rest van de tijd ben ik druk bezig met de planning, het uitwerken van alle spreekuren, het inplannen van nieuwe patiënten en andere taken binnen het Botcentrum. Mijn dagen zijn altijd gevarieerd en lopen nooit zoals gepland, omdat er vaak dingen tussendoor komen die gelijk geregeld moeten worden.

“Om 8.00 uur begint werkdag. De artsen bellen meestal tussen 8.00 en 10.00 uur, dus voordat mijn spreekuur begint, pak ik alvast wat ‘to do’-dingen op die ik nog heb staan, of die ik al via de spreekuren van de artsen binnenkrijg. Om 9.00 uur start het spreekuur en zie ik nieuwe patiënten, controlepatiënten en mensen die voor een injectie komen. Bij alle patiënten die ik zie, neem ik vragenlijsten af en doe ik de medicatiecheck. Bij sommigen neem ik de bloeddruk op. Bij patiënten met SCCH doe ik ook de schoudevragenlijst - de ‘shoulder function assessment’ - waarbij ik lichamelijke testjes doe voor de schouderfunctie. Tussendoor zet ik nog injecties, neem ik vragenlijsten af, of doe ik extra bloeddrukcontrole: bij patiënten die op dat moment alleen bij de arts zijn geweest, maar bij wie het toch nodig is dat ik ze ook zie.

“Gemiddeld duurt het spreekuur tot 13.00 uur, dus na een snelle boterham ga ik weer verder. In de middag probeer ik langs te gaan op de dagbehandeling, bij patiënten die een infuus krijgen. Ik neem dan het

pijnvragenlijstje door, de BPI, en zij kunnen mij uiteraard ook nog vragen stellen. Daarnaast is er eenmaal in de maand, op de dinsdagmiddag, een extra spreekuur met de orthopedie, waar ik ook de patiënten zie.

“Buiten de spreekuren om ben ik bezig met het inplannen van nieuwe patiënten, maar ook voor alle controlepatiënten en onderzoeken die zij moeten krijgen. Om deze planning te maken, heb ik nauw contact met de afdeling nucleaire geneeskunde voor de skeletscintigrafie-planning en met de radiologie voor de CT-scans. Ook als mensen bij de kaakchirurg moeten komen, neem ik contact op met die afdeling om ervoor te kunnen zorgen dat alles op één dag mogelijk is. “Ik ben met name van hen afhankelijk zodra ik een nieuwe patiënt kan inplannen. Als ik van de andere afdelingen de gegevens heb gekregen, kan ik weer verder. Ik zorg ervoor dat de nieuwe patiënten een pakketje met informatie krijgen: over onze afdeling, de onderzoeken en alle afspraken - skeletscintigrafie, bloedprikken en het consult bij mij en bij de arts. Nadat ik het toestemmingsformulier retour heb gekregen, vraag ik zo nodig gegevens op uit andere ziekenhuizen en verwerk ik wat ik heb ontvangen.

“Daarnaast plan ik de infusen in. Deze planning loopt via de dagbehandeling; naast de afspraak zelf plannen, samen met de afdeling, stel ik de arts op de hoogte voor het uitschrijven van het recept. Ook zet ik een reminder klaar voor het checken van het bloed dat meestal voor het infuus wordt afgenomen.

“Gedurende de hele dag kijk ik regelmatig in mijn eigen e-mail, maar ook in die van het Botcentrum. Mijn mail werk ik tussendoor uit; dit zijn veelal verzoeken die op korte termijn afgehandeld moeten worden. Op deze manier kunnen de artsen en ik snel met elkaar communiceren, zonder elkaar te storen tijdens een spreekuur of gesprek. Aan het einde van de dag hebben de artsen en ik altijd nog even contact, om te zien of er nog lopende dingen zijn die besproken moeten worden. “Om 17.00 uur zet ik mijn computer uit en ga ik naar huis. Regelmatig doe ik thuis nog wat

extra voor het Botcentrum, omdat ik daar overdag niet aan toe kom, zoals de patiënteninformatie stroomlijnen, of toch nog even een paar berichten beantwoorden. Kortom, een heel gevarieerde dag en geen enkele is hetzelfde.”

Noot van de redactie:

Dit klinkt allemaal heel eenvoudig, maar dat is het niet. Wist jij dat Joyce gemiddeld twee tot drie uur bezig is om jouw afspraak op één dag te organiseren? Omdat

er verschillende afdelingen bij betrokken zijn, zijn die uren verspreid over enkele dagen tot enkele weken; dit vraagt van Joyce continue aandacht. Wist je ook dat het wijzigen van een afspraak naar een andere dag, betekent dat Joyce eigenlijk weer helemaal van voren af aan begint?

Wij hebben groot respect voor de aandacht en tijd die Joyce aan SCCH-patiënten geeft.

Kortom, dank je Joyce!



Colofon

Redactie

Angelique van Dam (AKnet)
Stichting MEO

Met medewerking van:

Pamela van Booren

Bestuur: SCCH

Grote zorgvuldigheid wordt betracht bij de samenstelling van deze nieuwsbrief en de artikelen. Fouten in de gegevensverwerking kunnen echter niet altijd voorkomen worden. De beweringen en meningen die zijn geuit in de artikelen, vallen onder de verantwoordelijkheid van de auteurs. De redactie is niet verantwoordelijk voor enig product of enige dienst besproken of geadverteerd in deze uitgave. Noch staat zij garant voor gemaakte beweringen binnen de nieuwsbrief of artikelen. Aan zelfmedicatie of het aanpassen van uw dieet en/of bewegingspatronen zijn risico's verbonden. Raadpleeg daarom altijd eerst een arts of professional.

