

Nieuwsbrief van uw huisarts

We willen u door het digitaal versturen van deze nieuwsbrief op de hoogte houden van de nieuwste ontwikkelingen en wetenswaardigheden van Groepspraktijk de Bres. Dat willen we 3 tot 4 keer per jaar doen.

We houden u via deze mailing onder andere op de hoogte van personeelwisselingen, zowel van de artsen en assistentes, als van stagiairs en huisartsen in opleiding. We delen ook ontwikkelingen in de praktijkvoering of de griep- en pneumokokkenvaccinaties. Zo bent u altijd op de hoogte van het laatste nieuws.

Wilt u de nieuwsbrieven niet ontvangen? Klik dan onderaan deze email op "uitschrijven", dan wordt u uit de mailinglijst verwijderd.

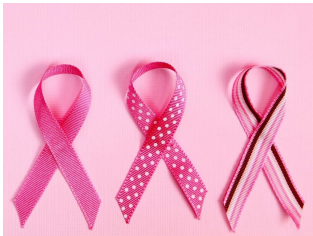
Doe het zelfzorg

Steeds vaker kunnen patiënten na een ziekenhuisopname thuis zelf bepaalde zorghandelingen uitvoeren, eventueel met hulp van een mantelzorger. Via **Doe het zelfzorg** leren patiënten stap voor stap hoe zij dit veilig en zelfstandig kunnen doen. Denk bijvoorbeeld aan het verzorgen van een katheter, het toedienen van injecties, wondverzorging, het aantrekken van steunkousen of het druppelen van de ogen. Een speciaal opgeleide instructeur geeft uitleg en oefent deze handelingen samen met de patiënt, zodat u met vertrouwen naar huis kunt. Hierdoor bent u minder afhankelijk van thuiszorg en is een langer verblijf in het ziekenhuis vaak niet nodig. Zo houdt u de regie over uw eigen zorg, met professionele ondersteuning wanneer dat nodig is.

doe-het-zelfzorg

Doe het zelfzorg is een samenwerking van De Zorggroep, Proteion, VieCuri Medisch Centrum en Laurentius Ziekenhuis.

Borstkanker herkennen



Steeds meer jonge vrouwen krijgen borstkanker, terwijl screening pas vanaf 50 jaar start. Daarom is eigen alertheid cruciaal. Let niet alleen op knobbeltjes, maar ook op huid-, vorm- en tepelveranderingen. Volgens KWF Kankerbestrijding kan vroege herkenning het verschil maken. Ga bij twijfel altijd naar de huisarts.

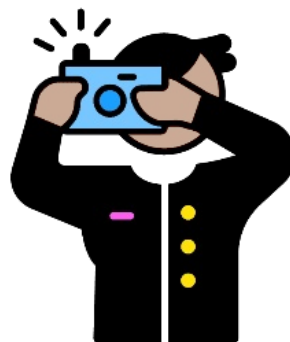
Lees voor de uitgebreide herkenningssignalen het hele artikel van GezondNu via deze [link](#).

Een foto in uw medisch dossier

Binnenkort vragen wij u mogelijk of wij een foto van u mogen maken om toe te voegen aan uw medisch dossier. Dit is geheel vrijwillig.

Een foto helpt ons om:

- uw identiteit beter te controleren en persoonsverwisseling te voorkomen;
- u sneller en persoonlijker te herkennen, vooral als u meerdere zorgverleners binnen de praktijk ziet;
- de patiëntveiligheid verder te vergroten.



De foto wordt uitsluitend gebruikt binnen uw medische dossier en wordt zorgvuldig en vertrouwelijk bewaard. Heeft u vragen of wilt u liever geen foto laten maken? Laat het ons gerust weten.

Let's talk about sex



Een gezond seksleven is goed voor lichaam en geest. Helaas is het steeds minder vanzelfsprekend dat mensen zichzelf of de ander beschermen tegen een SOA (Seksueel Overdraagbare Aandoening), terwijl dit niet ingewikkeld hoeft te zijn.

Steeds vaker is er zelfs sprake van meerdere soa's tegelijk. Vaak betreft het chlamydia, trichomonas en zelfs gonorroe. En mocht u denken dat het risico beperkt blijft

tot deze drie, dan is dat een grote misvatting. Er bestaat ook een toenemend risico op hepatitis B, hepatitis C en HIV.

We zien dit bij alle leeftijdscategorieën die seksueel actief zijn, alle sociale klassen en alle opleidingsniveaus.

Op [Thuisarts.nl](https://thuisarts.nl) staan eenvoudige maatregelen die genomen kunnen worden. Onze boodschap is daarom: geniet van seks, maar wel veilig!

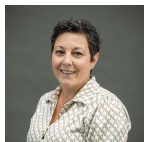
Wist u dat ...



- Kim Simons (assistente) recent de opleiding tot praktijkondersteuner somatiek met succes heeft afgerond?
- u nu ook met uw DigiD code veilig kunt inloggen in ons patiëntenportaal? Eerst aanmelden met mailadres en mobiel nummer blijft wel noodzakelijk.
- het belangrijk is dat u géén e-consult stuurt voor uw familieleden? Hierdoor kan snel ruis ontstaan, vervuult u uw dossier en komt mogelijk de privacy in gevaar.
- **Steffie** moeilijke onderwerpen makkelijk uitlegt? Op www.steffie.nl vindt u simpele uitleg over uiteenlopende onderwerpen zoals gezondheid, vrienden maken, DigiD, geldzaken en huisarts- en ziekenhuisbezoek. Zo wordt de wereld iets eenvoudiger!

Personele wijzigingen

Onze huisarts in opleiding, Davy Creemers, rondt per 1 september zijn opleidingsperiode in onze praktijk af. Wij bedanken hem voor zijn bijdrage in ons team en wensen hem veel succes met het vervolg van de huisartsenopleiding!



Per afgelopen juni is onze fijne collega Natascha uit dienst gegaan. Na een moeilijke periode is zij gelukkig weer hersteld. Toch komt er nu helaas een einde aan haar tijd in ons assistententeam. We zijn dankbaar voor alles wat zij voor onze praktijk en patiënten heeft betekend en wensen haar alle goeds voor de toekomst!



Website

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).

U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#).

Voor een goede ontvangst voegt u groepspraktijk-de-bres@send.laposta.email toe aan uw adresboek.