



Dialyse Centrum
Groningen





Dialyse Centrum Groningen ten tijde van Corona

De afgelopen maanden leefden wij in een uitzonderlijke periode. Een periode waarin wij allemaal, in meer of mindere mate, te maken hadden met het Coronavirus. Een virus dat voor ons allemaal grote gevolgen heeft. Vanaf het begin van de uitbraak had DCG een crisisteam. In het begin kwamen zij drie keer per week bij elkaar. Vanaf 1 juni alleen nog wanneer dat nodig is. Het team bestond uit onze MT-leden (inclusief onze directie en ondergetekende), een afvaardiging van de medische staf, de vier teamleiders en de communicatieadviseur. In het begin sloot hier ook een afvaardiging vanuit het UMCG bij aan. Doordat de ontwikkelingen met name in het begin razendsnel gingen, was het erg belangrijk om regelmatig en veel te communiceren met onze patiënten en met medewerkers. Inmiddels hebben wij een soort balans gevonden tussen hetgeen wat kan en mag en wat nog prettig is voor onze patiënten en medewerkers.

Doordat het voor onze hele maatschappij een uitzonderlijke situatie is, hebben wij in ons dagelijks leven allemaal te maken

met de gevolgen. Zo was er in het begin veel onduidelijkheid bij de taxibedrijven over hoe het ziekenvervoer op een verantwoorde wijze te organiseren. Hierbij moesten zij natuurlijk rekening te houden met jullie als klanten, maar ook met de veiligheid van hun medewerkers. Wij beseffen ons dat het voor veel patiënten een angstige en onzekere periode kan zijn (geweest). Wij hebben vanuit DCG gemerkt dat veel patiënten uit zichzelf al goede maatregelen hebben getroffen in de thuissituatie ten aanzien van bijvoorbeeld bezoek, hygiëne en activiteiten buitenshuis. Ook onze medewerkers zijn zich hier bewust van en hebben dit soort maatregelen ook getroffen. Daarnaast heeft DCG de werkwijze en protocollen aangepast aan deze situatie.

Tot nu toe mogen wij concluderen dat al deze maatregelen een positieve bijdrage hebben geleverd. Tot op heden zijn er geen patiënten of medewerkers van DCG positief getest op Corona en daar zijn wij natuurlijk best trots op! Tegelijkertijd beseffen wij ons dat dit ook heel anders had kunnen zijn ondanks alle inspanningen.

Veel van onze collega's hebben in de afgelopen periode vanuit huis gewerkt. Onze Medische staf heeft, daar waar kan, de frequentie en intensiviteit van wekelijkse visiterondes aangepast en ook het standaard polibezoek is (tijdelijk) aangepast.

De vakgroepen Diëtetiek en Medisch Maatschappelijk werk heeft nagenoeg volledig vanuit huis gewerkt en het contact met de patiënten verliep via telefoon. Op dit moment wordt gewerkt aan een plan om weer langzaam richting een normale situatie te gaan. Hierbij beseft DCG zich dat wij voorlopig niet volledig terug kunnen/mogen gaan naar de situatie zoals het was voor de Coronacrisis. De toekomst zal ons leren hoe zich dit zal ontwikkelen.

Ondanks de uitzonderlijke periode heeft DCG niet stil gezeten. In de afgelopen periode zijn verschillende zaken doorgegaan. Zo hebben wij enkele patiënten van de dialyse UMCG overgenomen, is (tijdelijk) een zaal in Groningen gesloten en zijn ontwikkelingen met MijnDCG doorgegaan. Ook hebben wij gepast aandacht kunnen besteden aan het 10-jarige jubileum van onze locatie te Stadskanaal. Helaas hebben wij hier geen invulling aan kunnen geven op de wijze zoals wij dit graag hadden gewild, maar wie weet komt dit moment er later nog.

Tot slot wil ik namens DCG alle patiënten bedanken voor het begrip en getoonde geduld. Wij hopen met u, dat deze nare en onzekere periode snel ten einde zal zijn.

Arjan Leijssenaar Hoofd Zorg

Symptomen Corona

- Koorts (>38 graden)
- Rillingen
- Hoesten
- Kortademigheid
- Loopneus
- Niezen
- Keelpijn
- Smaakverlies
- Misselijkheid
- Braken
- Diarree
- Buikpijn
- Vermoeider dan normaal



Heeft u klachten? Neem contact op!

Heeft u als patiënt van DCG last van één van de klachten die overeen kunnen komen met de symptomen van Corona? Neem dan voorafgaand aan uw dialysebehandeling contact op met DCG via:

Mogelijke Corona-symptomen van H

yacht niet met het melden van klachten. Samen kunnen we maatregelen nodig zijn om contact op te nemen. W

Hierbij vindt u al onze belangrijkste maatregelen voor patiënten nog eens op een rijtje:

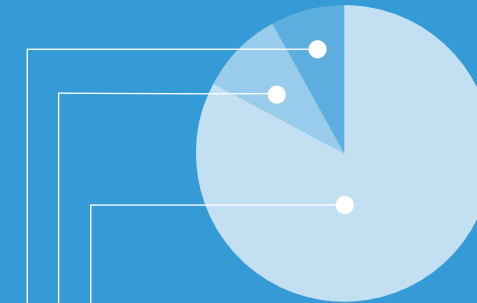
- ▶ Tot in ieder geval 1 september mogen er geen bezoekers meer mee tijdens de dialysebehandeling.
- ▶ Tot in ieder geval september zijn alle ingeplande vakantiedialyses afgelast.
- ▶ Patiënten moeten na betreden van de dialysezaal eerst hun handen wassen of desinfecteren voordat zij op het dialysebed mogen plaatsnemen.
- ▶ Bent u patiënt bij DCG en heeft u last van klachten die overeen komen met de symptomen zoals omschreven op het Corona-symptomenkaartje die u heeft ontvangen? Neem dan voorafgaand aan uw dialysebehandeling contact op met DCG.

Maatregelen Corona DCG

Ook vanuit DCG doen we onze uiterste best om verspreiding van het Coronavirus te voorkomen. Hiervoor zijn de afgelopen tijd meerdere maatregelen genomen. Wij hebben u op de hoogte gehouden over deze maatregelen doormiddel van de Corona-updates die u kreeg uitgereikt tijdens de dialyse.

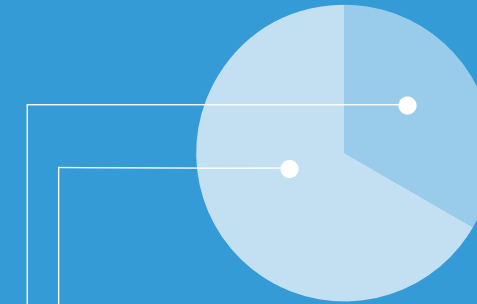
Wij hopen op uw begrip voor de maatregelen en vragen hierin om uw medewerking. Samen dragen wij een verantwoordelijkheid om verdere verspreiding van het Coronavirus te voorkomen.

Cijfers MijnDCG



Aantal accounts 64

- 53 Hemodialyse patiënten (HD)
- 6 Peritoneale dialyse patiënten (PD)
- 5 Thuisdialyse patiënten (THD)



Thuispatiënten die meewerken aan de pilot 6

- 2 Peritoneale dialyse patiënten (PD)
- 4 Thuisdialyse patiënten (THD)

Pilot vervangen maandlijst

Er doen in totaal 6 thuispatiënten mee aan een pilot 'vervangen maandlijst'. Hierbij kijken we of we de papieren maandlijst kunnen vervangen voor de digitale maandlijst. In MijnDCG zijn dit de zogenaamde 'zelfmetingen'. Alleen thuispatiënten kunnen van deze mogelijkheid gebruik maken.

Bericht aan thuispatiënten

De laatste tijd lopen wij er regelmatig tegenaan dat stickers niet goed op de bloedbuizen worden geplakt. Wilt u er rekening mee houden dat de sticker op het witte deel van de bloedbuis moet worden geplakt. Wanneer de sticker buiten het witte vlak komt, is het plasma niet goed zichtbaar en kunnen de bloedplaatjes niet worden geteld. Het laboratorium moet dan de stickers er eerst aftrekken wat hun veel tijd kost. Alvast bedankt voor uw moeite!



Mentaal gezond blijven tijdens de Corona crisis

Het Coronavirus heeft invloed op ieders leven. U maakt zich misschien zorgen over uzelf of uw naasten. Dit kan spanning, onzekerheid, stress en slapeloosheid geven. Het Medisch maatschappelijk werk staat voor u klaar. Ook tijdens alle veranderingen die er op dit moment gaande zijn door het Coronavirus. Wij kunnen u ondersteunen bij het omgaan met gebeurtenissen waar u even geen grip op lijkt te hebben. Wij helpen bij het inzicht geven in uw problemen en kunnen u wegwijs maken met nieuwe vaardigheden. Hoe blijft u mentaal gezond? Vaak kunt u gelukkig zelf dingen doen om u beter te voelen. Het medisch maatschappelijk werk geeft u hierover graag enkele tips:

Zorg goed voor uzelf!

Als u lekker in uw vel zit, functioneert u beter, staat u positiever in het leven, ervaart u vaak minder stress en kunt u beter omgaan met problemen.

Leef gezond

Door gezond te leven, blijft u lichamelijk fit. Dat heeft ook invloed op uw geest. Dus: eet gezond en blijf in beweging. Via internet worden veel beweeglessen gratis aangeboden en op uw tablet of telefoon kunt u gratis apps installeren. Op televisie is iedere ochtend het programma ‘Nederland in beweging’ te zien. Dit programma richt zich op 50-plussers en duurt een kwartier. Vanuit DCG bieden wij ook een ‘Beweegposter’ aan bij deze nieuwsbrief. Hierin vind u oefeningen waarmee u in beweging blijft.

Ga naar buiten

Maak een ommetje! Daglicht heeft een positieve invloed op uw gezondheid. Als u te veel binnen zit, gaat u bijvoorbeeld slechter slapen. Blijf wel uit de buurt van andere mensen en vermijd de drukte. Houd een vast dagritme aan. Dit geeft structuur aan uw dag. Probeer iedere dag op dezelfde tijd op te staan en naar bed te gaan.

Steun zoeken

Met anderen praten over gevoelens kan opluchten. Dit kan met vrienden, familie of naasten maar ook

met een professional. Uw Medisch maatschappelijk werker staat ook voor u klaar.

Onderhoud uw contacten

Misschien kunt u niet meer bij familie, vrienden en kennissen op bezoek gaan, maar er zijn genoeg andere manieren om contact te houden. Bijvoorbeeld via een kaartje, de telefoon of via beeldbellen (ook wel: videobellen).

Zorg voor afleiding

Plezierige momenten helpen de situatie te relativeren. Plan daarom ook ontspannende of leuke momenten voor uzelf in. Besteed bijvoorbeeld tijd aan uw hobby. Maak tijd om eens te bellen met een oude vriend, een spelletje te doen met uw huisgenoten of samen te koken. Dit zorgt voor een goede balans tussen de dingen die moeten en de dingen die u graag wilt.

Bewegen met DCG

Goed bewegen is heel belangrijk. De beweegrichtlijnen raden aan minimaal 2,5 uur per week matig of zwaar intensief te bewegen. Juist in deze tijd waarin we met z'n allen meer thuis zitten, is het extra belangrijk om voldoende te blijven bewegen. Daarom hebben wij een Beweegposter ontwikkeld. Deze poster geeft u handige tips en oefeningen die u gemakkelijk thuis kan uitvoeren.

U heeft de Beweegposter bij deze Nieuwsbrief gekregen. Als u besluit gebruik te maken van de Beweegposter dan is het belangrijk dat u rustig begint om uw conditie op te bouwen. Doe alleen oefeningen uit de poster waartoe u in staat bent. Twijfelt u? Vraag het dan gerust na bij uw behandelaar. Deze kan u ook vertellen welke oefeningen voor u geschikt zijn.





Van de Cliëntenraad

Ook voor de Cliëntenraad is de afgelopen periode anders dan anders geweest. Wel hebben zij hun periodieke overleggen doorgezet. Zij zijn alleen vanwege de Coronacrisis overgestapt op online videovergadering.

Afscheid en welkom

Na 8 jaar lid te zijn geweest heeft Henk Nijland per 1 februari 2020 afscheid genomen als lid van de Cliëntenraad (CR). Henk is gedurende deze periode verantwoordelijk geweest voor de financiën en de wet- en regelgeving. Wij zijn hem erg dankbaar voor zijn inzet.

Met ingang van 1 oktober 2019 is mevrouw Carin Wolters-Mous toegetreden tot de Cliëntenraad. Carin dialyseert op de locatie Scheemda. Wij wensen haar veel succes met deze nieuwe uitdaging.

Focusgroep MijnDCG

Een deel van de CR is aanwezig geweest bij de focusgroep bijeenkomst over MijnDCG. Samen met een aantal aanwezige patiënten is het patiëntenportaal grondig getest. Met de bevindingen die zijn gedaan is MijnDCG nog beter gemaakt. Het doel van MijnDCG is patiënten onder andere beter te informeren omtrent dieet en medicatie. Ook het bekijken van afspraken en de laboratoriumuitslagen kan makkelijk via MijnDCG. Op deze wijze kunnen patiënten zelf goed meedenken en zijn ze meer betrokken bij hun eigen behandeling.

PTO

Prachtige resultaten patiënttevredenheidsonderzoek

In het najaar van 2019 is er een patiënttevredenheidsonderzoek uitgevoerd. Uiteraard hadden we u al eerder willen meenemen in de resultaten, maar helaas gooide het Coronavirus roet in het eten. Toch delen we de mooie resultaten graag alsnog met u. De respons was 61%. Uiteindelijk is DCG beoordeeld met een mooie score waar we erg trots op zijn. Patiënten waarderen DCG namelijk met een gemiddeld rapportcijfer van 8,7!

Highlights resultaten

In het onderzoek is door onze patiënten aangegeven dat zij veel waardering voelen voor onze medewerkers en artsen. Verder is aangegeven dat DCG openstaat voor wensen en eigen inbreng van de patiënten en goed ondersteunt bij beslissingen over de dialysebehandeling.

Verbeterpunten

Als verbeterpunt is de bereikbaarheid en ondersteuning buiten kantooruren aangegeven.

Wij zijn erg blij met de mooie beoordeling van onze patiënten en bedanken iedereen die heeft meegedaan voor het invullen van de enquête!



Vakantieplanning Medisch maatschappelijk werk

De zomervakantie staat alweer voor de deur en dat betekent dat de vakgroep Medisch maatschappelijk werk ook vrij zal zijn. Onderstaand een overzicht van de vakantieplanning.

Annemiek Hardenberg

6 juli tot en met 26 juli

Marlies Post

3 augustus tot en met 16 augustus

Irene Marks

31 augustus tot en met 20 september

Is uw medisch maatschappelijk werker op vakantie en heeft u toch een vraag of wenst u graag een luisterend oor? U kunt altijd een collega mmw-er bellen of mailen:

E-mail - mmw@dcg.nl

Annemiek Hardenberg - 06-52724305

Marlies Post - 06-52724302

Irene Marks - 06-25646794

Opbrengsten oude RO-units naar goed doel

De locatie Groningen draait al weer maandenlang met de nieuwe RO-installatie, maar wat is er gebeurd met de oude RO-units?

De oude RO-units bestaan vooral uit het metaal RVS en zijn door het gewicht in kilogrammen nog redelijk wat geld waard in de oud ijzerhandel. De oude units, die allemaal eigendom waren van het UMCG, en onze eigen oude reserve-unit zijn daar heengebracht. Maar wat doen we vervolgens met de opbrengsten?

Goed doel

Aangezien de oude RO-installatie eigendom was van het UMCG, is in overleg besloten om de opbrengst aan een goed doel te schenken. De technicus waterbeheer van UMCG, Floris Pieterse, is betrokken bij een ontwikkelingsproject van een dokterspost in Tanzania. Hij kwam met het idee om de opbrengsten naar dit project te laten gaan.

Medisch afval verbrandingsoven

Op dit moment wordt bij dit project gespaard voor een medisch afval verbrandingsoven. Het is prachtig om de **€ 507,-** die wij kregen voor de oude RO-units aan dit project te kunnen doneren

Ingrediënten voor 2 personen:

- ▶ 2 eetlepels No Salt ketjap manis (Let op! Kies voor een ketjap zonder zout én zonder kaliumzout)
- ▶ ¼ theelepel gemberpoeder
- ▶ ¼ theelepel knoflookpoeder
- ▶ 50 gram mihoen
- ▶ ½ komkommer
- ▶ 1 lente-ui
- ▶ Handje verse peterselie
- ▶ 8 rijstvellen
- ▶ 100 gram fijngesneden wortel (peen julienne)
- ▶ 150 gram tofu, in blokjes gesneden

Voor de pindasaus erbij:

- ▶ 100 gram natriumarme pindakaas (bijvoorbeeld AH 100% pindakaas)
- ▶ 200 ml water
- ▶ 1 mespuntje knoflookpoeder
- ▶ 1 theelepel gemberpoeder
- ▶ ½ eetlepel bruine basterdsuiker

Per portie:

690 kcal
28 g eiwit
155 mg natrium
885 mg kalium
360 mg fosfaat
75 g koolhydraten
(dit is inclusief de pindasaus)

Recept van de maand Vegetarische springrolls met tofu



Bereiden

Maak een marinade van de ketjap met gemberpoeder en knoflookpoeder. Marineer hierin de tofu ongeveer een uur.

Bereid ondertussen de mihoen volgens de aanwijzingen op de verpakking.

Snijd de komkommer en lente-ui in dunne reepjes en snijd de peterselie fijn.

Leg alle ingrediënten klaar en vul een grote kom (diameter zo groot als een rijstvel) met warm water en doop een rijstvel ongeveer 5 seconden onder water. Leg het rijstvel op een schone snijplank en leg in het midden van het rijstvel wat van de mihoen, wortel, komkommer, lente-ui, peterselie en tofu. Vouw dan eerst de zijkanten naar binnen en rol vervolgens het rijstvel op. Herhaal dit met alle rijstvellen en klaar zijn de springrolls!

Bereiding van de pindasaus: meng in een pannetje alle ingrediënten voor de pindasaus en breng dit al roerende aan de kook, laat dit even doorkoken totdat de pindasaus de gewenste dikte heeft.

Een leven lang dialyse

Bij Dialyse Centrum Groningen (DCG) dialyseren zo'n 175 patiënten. Ieder van hen met een eigen verhaal. Eens in de zoveel tijd komen we een verhaal tegen dat wel heel bijzonder is. Zo ook het verhaal van Tineke Kooistra die al 40 jaar nierpatiënt is en in 1980 begon met dialyseren bij het DCG.

'Ik startte met hemodialyse destijds', begint Tineke haar verhaal, 'en in de jaren die volgden hebben alle vormen van nierfunctievervangende therapie de revue gepasseerd. Tot ik getransplanteerd kon worden. Dat was heel fijn en mijn nieuwe nier heeft het 18 jaar gedaan! Tot ongeveer 2000, toen heb ik buikdialyse gedaan en nu dialyseer ik al weer 14 jaar thuis in de nacht. Weer via DCG.'

'Omdat ik in de nacht dialyseer, beïnvloedt het mijn dagelijkse leven heel weinig. Je leert er mee leven en het wordt onderdeel van je leven. Maar toen ik de bloemen van DCG ontving en de envelop openmaakte dacht ik wel even: oh ja, dat is ook zo! Het was bijzonder dat er even aandacht voor was dat ik al zo lang dialyseer en fijn om de kaart te lezen. Ik heb samen met mijn man herinneringen opgehaald aan hoe het vroeger ging en hoe het nu gaat. En heb de kaart

even op de foto gezet en gedeeld met familie en vrienden'. In de loop van de jaren is nogal wat veranderd blijkt al snel uit het verhaal van Tineke. 'Ik kan er wel een boek over schrijven, zo veel is er veranderd. Van de manier van vastleggen, de protocollen die er tegenwoordig zijn, privacy die veel meer meespeelt en ga zo maar door. In het begin bijvoorbeeld, mocht ik heel veel niet eten en drinken. Alles moest zoutloos, brood, melk, koffiemelk, kaas en ga zo maar door. Nu mag veel meer. Sterker nog, goed en divers eten wordt zelfs gestimuleerd.'

'Ik word nu als patiënt overal bij betrokken, mijn mening is belangrijk'

In de dialyse zelf is niet heel veel veranderd geeft zij aan. 'Vroeger dialyseerde ik 2 keer in de week 7 uur. Later werd dat 3 keer in de week 4 uur en nu dialyseer ik thuis om de nacht 8 uur lang. In de begeleiding daarentegen is heel veel veranderd. Elke dialyseverpleegkundige heeft een eigen, vaste groep patiënten waar zij mee overleggen. Vanuit de thuisdialyse heb ik ook een vast aanspreekpunt. Ook wordt je nu als patiënt overal bij betrokken. Mijn mening is belangrijk en ik mag zelf meedenken over mijn behandeling.



Je kan daar tegenwoordig heel ver in gaan en dat was vroeger absoluut niet zo. Die eigen inbreng bevalt mij goed. Ik regel het liefst zoveel mogelijk zelf, dat geeft me regie over mijn eigen leven en geeft veel vrijheid. Met de thuisdialyse zoals ik dat nu doe kan ik zelf indelen wanneer ik dialyseer en dat maakt mij heel flexibel.'

'Is er nog tijd voor een korte anekdote die het verschil tussen vroeger en nu heel mooi weergeeft?', vraagt Tineke. 'Ik kan me namelijk nog herinneren dat we vroeger tijdens de dialyse op zaal mochten roken. Nu is dat natuurlijk ondenkbaar! Ik rookte regelmatig samen met de verpleegkundige nog een sigaretje nadat ze mij had aangesloten', lacht ze. 'Dat waren hele gezellige momenten waarin we even aan het kletsen waren. Dat kletsen is trouwens iets wat nog steeds wel gebeurd hoor. Wat dat betreft is er dan ook weer niks veranderd. Alleen kletsen we nu zonder sigaretje,' sluit ze haar verhaal glimlachend af.

DCG op tv

Op zaterdag 15 februari was Dialyse Centrum Groningen te zien op tv. SBS6 kwam in Groningen langs voor het programma ‘Werken doen we zo’. SBS6 benaderde ons omdat we afgelopen jaar beste werkgever zijn geworden. In het programma vertelden medewerkers waarom het juist zo leuk is om bij DCG te werken en wat het beroep van Dialyseverpleegkundige zo interessant en afwisselend maakt.

In het tv item kwam ook Rosalie Booij-Dokter aan het woord, één van onze kersverse

dialyseverpleegkundigen. Zij nam samen met nog drie andere dialyseverpleegkundigen op 24 januari haar dialysediploma in ontvangst. Op tv vertelde zij waarom ze gekozen heeft voor de opleiding van Dialyseverpleegkundige bij DCG.



Benieuwd naar het item? Bekijk hem online op ons YouTube kanaal: Dialyse Centrum Groningen. Wil je altijd op de hoogte zijn over het laatste nieuws? Volg ons dan ook op Facebook: www.facebook.com/dialysecentrumgroningen



Hersengymnastiek

Z	W	D	I	P	L	O	M	A	N
I	E	J	S	L	U	T	I	E	T
V	W	L	E	N	H	A	G	A	M
A	E	N	F	C	O	N	P	N	I
K	R	T	A	R	I	U	E	Z	J
A	K	R	A	N	E	Z	W	O	N
N	K	L	O	X	E	G	E	R	D
T	V	R	E	L	I	N	I	G	C
I	G	D	I	A	L	Y	S	E	G
E	T	E	L	E	V	I	S	I	E

DIALYSE
DIPLOMA
GRONINGEN
KRACHT
LEZEN
MIJNDCG
TAXI
TELEVISIE
VAKANTIE
WERK
ZELFREGIE
ZORG

Heeft u de puzzel opgelost?
Stuur de oplossing uiterlijk 31 juli naar:
communicatie@dcg.nl

Onder de inzendingen wordt een leuke prijs verloot.

Oplossing

Vakantieperiode

De vakantieperiode staat voor de deur. Wellicht heeft deze periode een andere invulling dan dat u van tevoren had bedacht. Hoe het er ook uit gaat zien, wij wensen iedereen een hele fijne vakantie! Wel willen u nog het advies meegeven om vooralsnog niet buiten Nederland op vakantie te gaan.

Gaat u op vakantie, in Nederland of daarbuiten? Dan vragen wij u bij terugkomst en voorafgaand aan de dialyse even contact op te nemen met DCG. Wij kunnen dan bespreken of er (aanvullende) maatregelen nodig zijn bij uw eerste dialyse na vakantie. Heeft u vragen over uw vakantie? Neem gerust contact op, we denken graag met u mee.



Hanzeplein 1, 9713 GZ Groningen
050 - 36 19 444
dcg.nl