



Dialyse Centrum
Groningen





Voorwoord

De eerste maanden van 2023 hebben we achter ons gelaten en het voorjaar doet haar intrede. De dagen worden langer, de temperatuur zal langzamerhand gaan stijgen en de vogels fluiten vrolijk in het rond. We kijken terug op een paar mooie eerste maanden van 2023. Zo hadden we in februari de feestelijke opening van onze gerenoveerde locatie in Stadskanaal. Met het winterplein, media-aandacht vanuit onder andere RTV Noord, maar bovenal door uw aanwezigheid was het een geslaagde opening.

Wij hechten als DCG veel waarde aan uw mening als patiënt. Daarom loopt er weer een patiënttevredenheidsonderzoek (PTO) binnen DCG. Het PTO is een vragenlijst waarin u uw mening kunt geven over uw behandeling en over DCG. Wij zouden het waarderen als u deze vragenlijst voor ons wilt invullen. Met uw mening en antwoorden gaan wij graag aan de slag om de zorg daar waar kan te verbeteren. Wat het PTO inhoudt leest u verderop in deze nieuwsbrief.

Daarnaast wil ik graag stilstaan bij de toegankelijkheid van uw medische gegevens.

Wij vinden het belangrijk dat u als patiënt te allen tijde u eigen medische gegevens kunt inkijken. Het gaat immers om u en uw behandeling. Binnen DCG werkten wij met het patiëntplatform MijnDCG. Hier zijn wij door voortdurende technische problemen mee gestopt. Als alternatief bieden wij nu de persoonlijke gezondheidsomgeving (PGO). In deze nieuwsbrief leest u meer over deze ontwikkelingen.

Als laatste benoem ik graag het boekje wat u ontvangt bij deze nieuwsbrief. In dit boekje staat een samenvatting van onze huisregels. Tot dusver stonden deze op diverse plaatsen en versnippert beschreven. Ze zijn nu dus overzichtelijk samengevoegd. Binnen DCG vinden we het erg belangrijk om een fijne en veilige omgeving te creëren voor onze patiënten en medewerkers. We willen dat iedereen zich thuis voelt bij DCG en wij verwachten dan ook dat iedereen deze regels naleeft.

Tot slot wens ik u allen alvast een heel mooi voorjaar toe!

Arjan Leijssenaar, Hoofd Zorg.



Vernieuwde duurzame dialyse in Stadskanaal

Onlangs is de dialyselocatie van DCG in Stadskanaal volledig gerenoveerd. In samenwerking met diverse lokale aannemers is een duurzame en toekomstbestendige locatie gemaakt. Na de renovatie voldoet de locatie volledig aan de wensen en eisen van deze tijd.

Open dag

De locatie is prachtig geworden! Dat konden medewerkers en patiënten, familie en (bouw) partners op 9 februari komen bekijken tijdens een open dag. Het was een gezellige, feestelijke en hele ontspannen open dag. We kregen vele leuke en positieve reacties op de gerenoveerde locatie.

Kijkt u mee?

Ook vanuit RTV Noord was aandacht voor de renovatie van de locatie. Zij filmde de dialyse van een patiënt van de locatie Stadskanaal en vertellen in een artikel ook meer over de verduurzaming van de locatie.

Daarnaast zijn er vele foto's gemaakt waarvan we een aantal graag met u delen!



Voedingstoestand: handknijpkracht, vragenlijsten en bloedmonsters

Waarschijnlijk hebt u wel eens een handknijpkrachtmeting uitgevoerd. De diëtist komt elk kwartaal bij u langs met een apparaat (zie plaatje) waarin u zo hard mogelijk mag knijpen. Hiermee kan de diëtist zien hoe het met uw spierkracht gaat. Sommige patiënten worden hier zo enthousiast van dat ze hun zaalgenoten uitdagen om harder te knijpen dan zij zelf doen.

Dit meten is een onderdeel van een aantal testen die we kunnen doen om uw voedingstoestand te beoordelen. Anders gezegd: hoe staat het met uw eetlust, wat eet u dagelijks en hebt u voldoende spierkracht en conditie om uw dagelijkse activiteiten uit te voeren.

Nog een onderdeel van deze testen is het invullen van een scoreformulier. De diëtist stelt u een aantal vragen, kijkt naar een aantal spiergroepen op uw lichaam en voelt aan uw spieren en beoordeelt uw vetreserves. Aan het eind van deze bepalingen bekijkt de diëtist of u een risico hebt om ondervoed te raken. Als u een risico loopt ondervoed te raken, bekijkt de diëtist nog een paar extra zaken om daarna een conclusie te trekken of u wel of niet ondervoed bent.

In 2023 worden de handknijpkrachtmeting en de vragenlijst gekoppeld aan de maand waarin uw bloedmonsters aan het begin en aan het eind van de dialyse gecontroleerd worden. De gegevens uit deze bloedmonsters geven, samen met het bloedmonster van een volgende dialyse, een beeld van de hoeveelheid eiwit die u hebt gegeten. Door de uitslagen van de testen te koppelen aan de uitslagen van de bloedmonsters, kan de diëtist een completer beeld vormen van uw voedingstoestand. Daarnaast geeft het voor u als patiënt duidelijkheid dat de diëtist in vaste maanden bij u langskomt voor deze metingen.

In onderstaand schema ziet u wanneer u welke meting kan verwachten.

Februari: Handknijpkrachtmeting + beoordeling spieren/vetreserves

Mei: Handknijpkrachtmeting

Augustus: Handknijpkrachtmeting

November: Handknijpkrachtmeting + beoordeling spieren/vetreserves

*Hebt u nog vragen hierover of wilt u meer weten?
Vraag het uw diëtist.*



Op vakantie gaan

Op vakantie kunt u even weg uit het dagelijks leven. Juist als een nierziekte veel invloed heeft op uw leven, is dat belangrijk. Uiteraard is extra voorbereiding noodzakelijk, bijvoorbeeld vanwege medicijnen of dialyse.

Zelf je vakantie regelen

Op vakantie gaan met een nieraandoening is vaak mogelijk. Het vraagt wel wat meer voorbereiding. Zeker als u dialyseert of een niertransplantatie hebt gehad. Lees meer over op vakantie gaan op www.nieren.nl.

De stappen:

- 1) Vraag uw arts om toestemming
- 2) Zoek een dialyse centrum vlakbij uw vakantie adres
- 3) Neem contact op met het dialyse centrum om na te gaan of zij in die periode plek hebben
- 4) Vraag naar een overdrachtsformulier
- 5) Vraag bij uw zorgverzekeraar om toestemming (wanneer u naar het buitenland gaat)
- 6) Breng uw behandelaars op de hoogte van de periode en stem af wanneer uw laatste dialyse bij het DCG is voor uw vakantie en uw eerste dialyse weer na uw vakantie
- 7) Sluit een annuleringsverzekering af

Op alle verschillende locaties van het DCG hebben we een 'vakantiemap' die u tijdens dialyse kunt inzien. In deze map staat nog eens uitgebreid beschreven wat u stap voor stap moet regelen voor uw vakantie. Ook staan in deze map de contactgegevens van enkele dialyse centra van Nederland maar ook van Europa.

Komt u er toch nog niet uit en wenst u wat ondersteuning hierbij? Vraag naar uw medisch maatschappelijk werker.



Van de Cliëntenraad

Lid worden van de cliëntenraad?

Op dit moment bestaat de Cliëntenraad (CR) van DCG uit drie leden. Om de cliëntenraad compleet te krijgen zijn we op zoek naar nog twee leden. Nu de coronabeperkingen voorbij zijn komen leden van de cliëntenraad een bezoek brengen aan alle locaties en afdelingen om te vertellen wat zij doen. Lijkt het u leuk om mee te denken over issues die spelen binnen DCG? En uw steentje hieraan bij te dragen? De cliëntenraad komt graag met u in contact.

Wist u dat u ook als familielid van een patiënt kan deelnemen? Voor informatie kunt u mailen naar cliëntenraad@dcg.nl of bellen met voorzitter Dick de Jonge op telefoonnummer 06 234 10 112.

Grensoverschrijdend gedrag

De afgelopen tijd is grensoverschrijdend gedrag een belangrijk thema in de media. Helaas komt grensoverschrijdend gedrag ook voor in de zorg. Daarom vanuit de Cliëntenraad het verzoek om goed op elkaar en de verpleging te passen. Let u ook op hoe u overkomt op een ander? Dan maken we er samen met elkaar een fijne en veilige omgeving van voor elkaar.

Dick de Jonge | Voorzitter cliëntenraad

Patienttevredenheidsonderzoek (PTO)

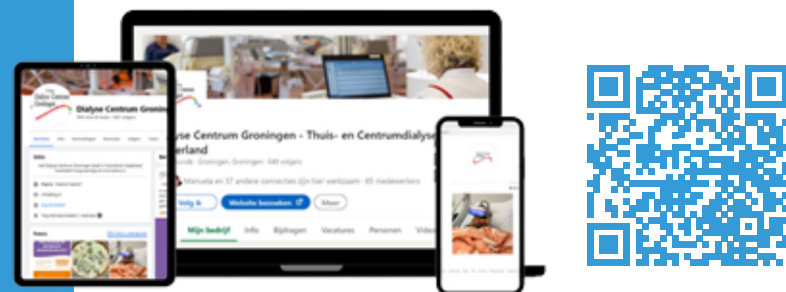
Het is voor DCG heel belangrijk om te weten hoe u als patiënt onze zorg ervaart. Het laatste PTO is van 2021 en daarom houden we in het voorjaar van 2023 opnieuw een onderzoek. Deze wordt door Qualizorg uitgevoerd. Per brief of per mail zal door middel van een enquête een aantal vragen gesteld worden. De resultaten en verbeterpunten gebruiken we om onze zorg nog meer te verbeteren en laten aansluiten bij uw wensen.

Wij hopen dat u de enquête voor ons wilt invullen.

DCG op Instagram

Sinds kort is Dialyse Centrum Groningen actief op Instagram! U kunt ons volgen onder [@dialysecentrumgroningen](https://www.instagram.com/dialysecentrumgroningen). Wij zouden het leuk vinden als u ons account volgt. Wist u dat wij ook een Facebook en LinkedIn account hebben?

Als u deze QR code scant komt u bij ons account:



Belastingaangifte; uitleg aftrek zorgkosten

Een chronische ziekte kan extra kosten met zich mee brengen. Zijn er ziektekosten waarvoor u geen vergoeding heeft gekregen via de zorgverzekering? Dan kunnen deze kosten aftrekbaar zijn van de belasting. Graag geven wij u uitleg over de aftrek van deze zorgkosten.

Aftrek zorgkosten

Als u zorgkosten hebt mag u bepaalde kosten aftrekken. Dit worden specifieke zorgkosten genoemd. Specifieke zorgkosten zijn ziektekosten zoals: kosten voor medicijnen, dieet op voorschrift, geneeskundige hulp, reiskosten ziekenbezoek, medicijnen op doktersvoorschrift, vervoerskosten en extra gezinshulp en hulpmiddelen.

Kijk op de website van de belastingdienst voor een volledig overzicht van de zorgkosten die per jaar aftrekbaar zijn. Hier staan ook de voorwaarden waar u aan moet voldoen om zorgkosten te mogen aftrekken. Meer informatie vindt u ook op [Nieren.nl](https://www.nieren.nl)

Hoe krijgt u aftrek voor zorgkosten?

Wilt u de zorgkosten die u maakt aftrekken? Dan moet u hiervoor aangifte doen.

Tegemoetkoming specifieke zorgkosten

Hebt u uitgaven voor specifieke zorgkosten afgetrokken in uw aangifte en hierdoor weinig of geen belasting betaald? Dan heeft u mogelijk recht op een tegemoetkoming in de specifieke zorgkosten. U hoeft deze niet apart aan te vragen. De Belastingdienst stuurt u hierover bericht.

Hulp bij aangifte belasting

Het kan een hele klus zijn om het formulier voor de belasting in te vullen. Komt u er zelf niet uit? Er zijn verschillende maatschappelijke organisaties die u kunnen helpen bij het invullen van uw aangifte. U kunt bijvoorbeeld hulp krijgen van de ouderenbond, het wijkcentrum of een sociaal werker. Vaak zijn er speciale spreekuren in de bibliotheek. Ook de Belastingdienst zelf kan u helpen.

Heeft u inhoudelijke vragen? Dan kunt u contact opnemen met uw medisch maatschappelijk werker. Weet daarbij wel dat zij de belastingaangifte niet voor u kunnen doen.



Uw medische gegevens online inzichtelijk

Dat kan binnen DCG met een Persoonlijke gezondheidsomgeving. We vertellen u graag meer!

Steeds meer zorginstellingen bieden de mogelijkheid om uw eigen medische gegevens online inzichtelijk te maken. Dit kan bijvoorbeeld via een portaal of via een persoonlijke gezondheidsomgeving, ook wel PGO.

De afgelopen jaren heeft DCG een eigen portaal gehad: MijnDCG. Zoals u misschien heeft gehoord werkte MijnDCG het afgelopen jaar niet door technische problemen. Wij hebben geprobeerd de problemen op te lossen maar dat is niet gelukt. Daarom zijn we begin maart 2023 gestopt met MijnDCG. Als alternatief bieden wij nu de persoonlijke gezondheidsomgeving (PGO).

- › Wat is een PGO
- › Kies een PGO
- › Aan de slag met een PGO



Wat is een PGO?

In een PGO kunt u (een deel van) uw medische gegevens downloaden en inzien zoals ze bij het DCG zijn opgeslagen in uw digitale dossier. Maar u kunt met datzelfde PGO ook de gegevens bij uw huisarts of een specialist in het ziekenhuis opvragen. Een PGO is dus een plek waar u steeds meer gegevens over uw gezondheid kunt verzamelen. Wilt u het advies van de huisarts aan uw dokter in het ziekenhuis laten zien? Of aan uw naasten? Of wilt u zelf gezondheidsgegevens toevoegen? Een PGO kan u hierbij helpen.



Welk PGO?

U bent geheel vrij om te kiezen met welk PGO u uw gegevens bij het DCG ophaalt. Wij hebben in de afgelopen maanden goede ervaringen opgedaan met het PGO van Quli. Wij bevelen dit PGO dan ook van harte aan. De gegevens zullen inhoudelijk en in weergave nog niet 100% overeenkomen met de gegevens die we in MijnDCG presenteerden. Maar het biedt een goed alternatief.

Wanneer?

De mogelijkheid voor u om uw medische gegevens in een PGO op te vragen bij het DCG is er al. Hiervoor moet u eerst een account aanmaken voor een PGO. Op pgo.nl leest u hoe u dat kunt doen.

Vragen

Graag wijzen we u op pgo.nl, een website waar u meer informatie vindt over PGO's in de breedste zin. Wanneer u de eerste ondersteuning nodig heeft in het gebruik van een PGO dan kunt u dat aangeven bij een verpleegkundige van uw afdeling. Zij verwijzen u dan graag naar een van onze PGO-ambassadeurs. Wanneer u hele specifieke vragen heeft over een PGO dan kunt u terecht bij de helpdesk van dat PGO.





Verbouwing locatie Groningen

Verbouwen locatie Groningen

De afgelopen jaren zijn alle locaties van DCG vernieuwd. Na de nieuwbouw in Assen en Scheemda, is eind vorig jaar Stadskanaal gerenoveerd. Insteek bij deze vernieuwingen was het creëren van toekomstbestendige dialyselocaties die voldoen aan de eisen en wensen van deze tijd. In de laatste fase van deze vernieuwingsslag is de locatie Groningen aan de beurt.

Wat gaan we doen?

De gehele locatie Groningen gaat uiteindelijk over de kop. De dialyseruimtes, maar ook de kantoren en spreekkamers worden allemaal volledig vernieuwd. Binnenkort delen we graag alvast wat tekeningen met u. Zo krijgt u een beeld van hoe alles eruit komt te zien. Uiteindelijk nemen we afscheid van de vierde verdieping (dialysezalen noord en zuid). Deze dialyseruimtes komen uiteindelijk op de derde verdieping.

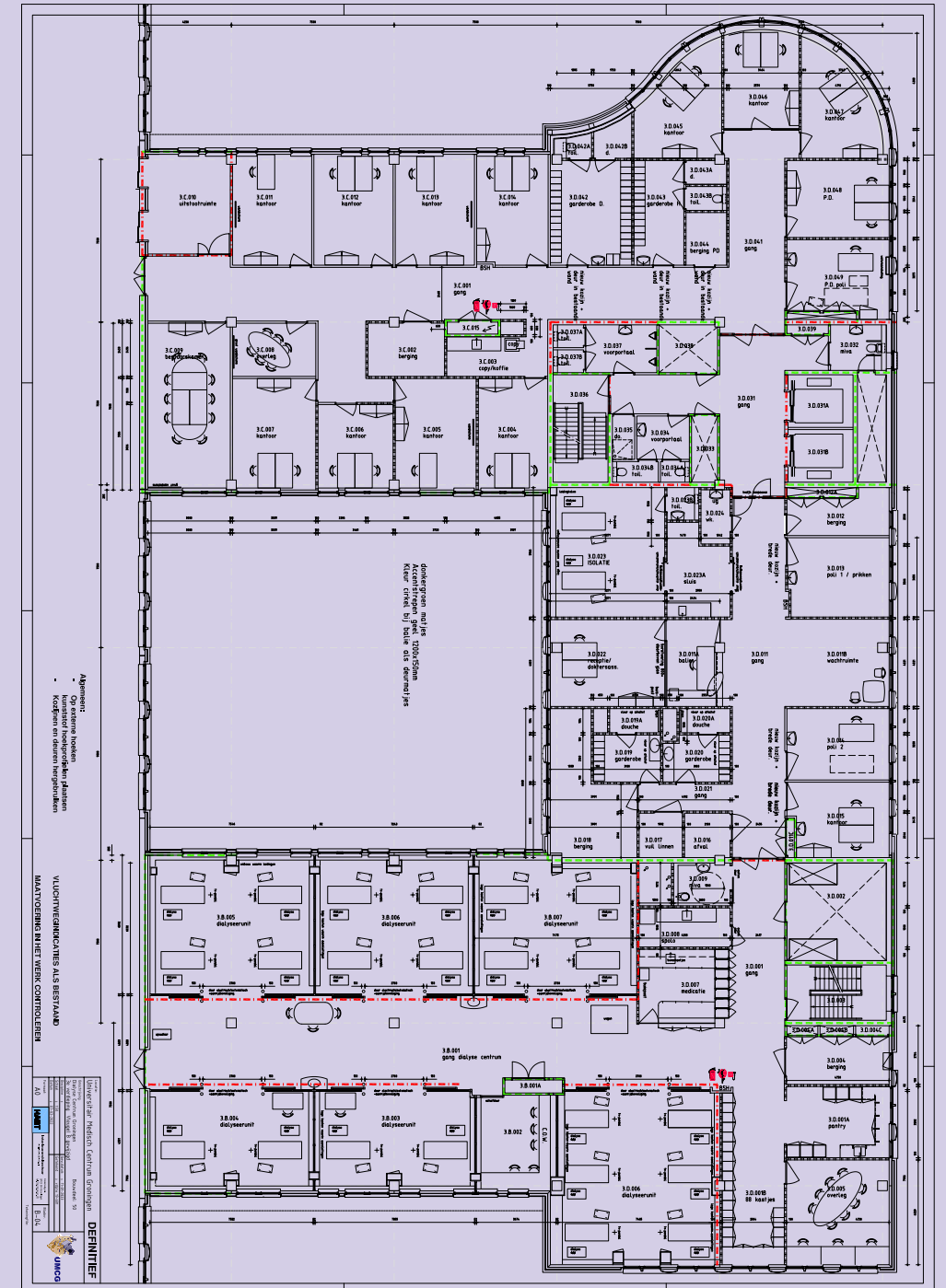
Wat merkt u ervan?

De eerste maanden zal u als patiënt van DCG nog relatief weinig merken van de verbouwing. Wel kan het bijvoorbeeld voorkomen dat de lift vaker bezet is doordat deze gebruikt wordt voor bouwmaterialen. Voordat de verbouwing van de huidige dialyseruimtes begint en u er echt wat van gaat merken zullen we u uitgebreid verder informeren. Wij verwachten dat dit niet eerder dan het najaar zal zijn. Wanneer u echt gaat wat merken nemen wij hier nog uitgebreid in mee.

Planning

Voordat we echt kunnen beginnen zijn er een aantal weken van voorbereiding nodig. In die weken kunnen zowel DCG als de bouwpartners voorbereidingen treffen zodat we meteen goed van start kunnen. Dit betekent, zoals het nu lijkt, dat we in mei starten met de verbouwing. De verbouwing is ingedeeld in 3 fasen en de doorlooptijd is ongeveer een jaar.

Plattegrond derde verdieping



Huisregels DCG

Samen maken we van DCG een fijne en veilige omgeving.

Binnen DCG vinden we het erg belangrijk om een fijne en veilige omgeving te creëren voor onze patiënten en medewerkers. We willen dat iedereen zich thuis voelt bij DCG, maar dat is niet hetzelfde als thuis zijn. Binnen DCG heeft iedereen respect voor elkaars gewoonten, levensbeschouwing, waarden, normen, uiterlijk, sekse en opvattingen. Om hier richting aan te geven zijn huisregels opgesteld.

Zo weet iedereen wat hoe we binnen DCG met elkaar willen omgaan.

Overzicht huisregels

Bij deze nieuwsbrief ontvangt u een boekje. Hierin staan alle huisregels van DCG beschreven. Zo hebben we een gezamenlijke richtlijn over de manier waarop we met elkaar om willen gaan binnen DCG. Zo zorgen we samen voor een prettige sfeer binnen DCG!

‘Een veilige sfeer, creëer je met elkaar’

Pilot Virtual Reality bril tijdens dialyse

Sinds kort zijn we gestart met een pilot om een VR bril van Vrelax in te zetten tijdens dialyse. De bril zal eerst gebruikt worden om een rustmoment te bieden. Later kunnen we de VR bril gebruiken bij patiënten die angst of pijn ervaren tijdens het prikken.

Er wordt nu al positief gereageerd op de bril. Zo wordt er gezegd door een patiënt: ‘Het is afleidend en ontspannend. Je bent even met wat anders bezig dan de dialyse.’ We hopen op meer positieve ervaringen zodat de VR bril straks op alle afdelingen ingezet kan gaan worden.



Recept van de maand Winterse ovenschotel met rijst

1. Kook de rijst gaar volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.
2. Verwarm de oven voor op 175 °C.
3. Maak de prei schoon en snijd in ringen.
4. Maak de champignons schoon (met borsteltje of doekje) en snijd ze in vieren.
5. Roerbak de prei kort in de margarine en pers het teentje knoflook erboven uit.
6. Roerbak de champignons kort mee.
7. Neem de pan van het vuur en breng het mengsel op smaak met peper en tijm.
8. Splits de eieren. Klop de eiwitten stijf en roer het eigeel met de geraspte citroenschil door de kwark.
9. Meng de champignons en het kwarkmengsel door de rijst.
10. Spatel vervolgens de stijfgeklopte eiwitten voorzichtig door het rijstmengsel.
11. Schep het geheel in een oenvaste schaal.
12. Bak het gerecht in ca. 30 minuten lichtbruin in de oven.



Ingrediënten voor 2 personen:

- 150 g zilvervliesrijst
- 300 g prei
- 100 g (kastanje-)champignons
- 2 eetlepels vloeibare margarine
- 1 teentje knoflook
- Peper
- tijm
- 3 eieren
- 2 theelepels geraspte citroenschil
- 150 g magere kwark

Per portie:

600 kcal
25 g eiwit
160 mg natrium
900 mg kalium
570 mg fosfaat
65 g koolhydraten



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