

Zomer 2023

Nijs

- Palliatieve zorg: ondersteuning bij de laatste levensfase.
- Haarwerker en kapper: “Voor dit werk moet je geknipt zijn.”
- Vitaliteit: “We moeten zuinig zijn op elkaar.”

“We bundelen onze krachten op het gebied van infectiepreventie.”

*Deskundigen Infectiepreventie
Marianne Buijsse en Aaltsje Kramer*

Met aandacht. Dat voelt beter.

Ziekenhuis Nij Smellinghe: Met aandacht. Dat voelt beter.

Beste lezer,

Nij Smellinghe werkt aan duurzame zorg. In deze editie van Nijs lees je weer een aantal mooie voorbeelden van hoe we dit doen. Neem bijvoorbeeld het artikel over Vitaliteit op pagina's 16 tot en met 18. We werken aan de duurzame inzetbaarheid van onze medewerkers. Het klinkt als een open deur, maar eigenlijk is dit het duurzaamste wat we als organisatie kunnen doen.

In de gehele breedte van onderwerpen die langskomen, maakt Nij Smellinghe duurzame afwegingen. Het is geen saus die we ergens overheen gieten; we maken onze bedrijfsvoering en gebouw echt duurzamer. Dit hebben we in onze strategie opgenomen en in ons beleid vastgelegd. In de zorgprocessen worden er door het Green Team en individuele medewerkers en/of afdelingen prachtige initiatieven uitgerold die enorm bijdragen aan besparing, recycling en het terugdringen van verspilling. Meer hierover lees je op pagina's 14 en 15.

Dit alles maakt dat we nu ook oogsten van onze duurzame investeringen uit het verleden. Zo zijn we minder hard geraakt door de stevige energiestijgingen dankzij ledverlichting en zonnepanelen. Van onze Raad van Bestuur hebben we de opdracht gekregen de verduurzaming te versnellen: sneller naar nieuwe, isolerende gevels en nog een Warmte Koude Opslag-installatie (WKO) realiseren om helemaal van het gas af te kunnen. Mooi is dat we 2,5 miljoen euro subsidie hebben gekregen voor deze plannen. Die subsidieaanvraag is vooral gelukt doordat we als één van de weinige ziekenhuizen al een routekaart voor energiebesparing richting 2030 hebben gemaakt.

Veel leesplezier en inspiratie gewenst met deze Nijs!

Folkert Brouwers
Directeur Bedrijf & Gebouwen



Colofon

Nijs, zomer 2023

Nijs is een uitgave voor medewerkers, patiënten, bezoekers en relaties van ziekenhuis Nij Smellinghe. Het blad verschijnt drie keer per jaar in een oplage van 3.500 stuks.

Hoofd- en eindredactie Laura Brands en Sarah van der Meer • **Redactie** Annouk Koppelman, Jiska Sanders – van Soest en Linda Sijtsma • **Schrijvers** Laura Brands, Annouk Koppelman, Sarah van der Meer, Jiska Sanders – van Soest en Linda Sijtsma • **Externe bijdrage** Nynke TXT (tekst) en Annemarie Fotografie (foto's cover en artikelen pagina's 6-8, 16-19, 20-21, 22-23, 24-25, 26-27) • **Concept en vormgeving** TEAM - Live your brand • **Druk** Donkel en Donkel, Drachten.

Redactieadres Ziekenhuis Nij Smellinghe t.n.v. afdeling Communicatie, Postbus 20200, 9200 DA Drachten, nijs@nijsmellinghe.nl

Uitschrijven Voor medewerkers: wil je Nijs niet meer thuis ontvangen? Meld je dan af door een e-mail te sturen naar salarisadministratie@nijsmellinghe.nl. Voor andere ontvangers: je kunt je afmelden via nijs@nijsmellinghe.nl.

Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd zonder uitdrukkelijke toestemming van afdeling Communicatie van ziekenhuis Nij Smellinghe. De redactie behoudt zich het recht voor artikelen te weigeren, in te korten of te herschrijven.

Inhoud



16

Vol vuur voor vitaliteit:
"Goede zorg begint met goed zorgen voor jezelf."

6

"Het woord 'uitbehandeld' bestaat niet."

Het Palliatief Advies Team staat voor je klaar.

20

"Voor dit werk moet je geknipt zijn."

Heidi Hendrickx vertelt over haar werk als haarwerker en kapper in Nij Smellinghe.

22

"Deze combi-baan heeft voor mij meerwaarde. Het maakt dat ik twee werelden bij elkaar kan brengen."

Rachel de Vries vertelt.

- 04 Kort Nijs 05 Ondertussen op social media 09 Vleugels
- 10 NijsNet 12 Medewerker Enrico Louwink schrijft een boek
- 14 Samen werken aan duurzame zorg 19 Mijn Nij Smellinghe
- 24 Tien vragen aan... Harry Gerritsma
- 26 Samenwerkingspartner in beeld 28 Complimentenwand

"In mijn werk heb ik een bepaalde vorm van vrijheid nodig. Een knoop mogen doorhakken. En creativiteit. Als je niet creatief kunt zijn, dan kun je ook geen kok zijn."

Teammanager Food & Hospitality
Harry Gerritsma,
pagina's 24-25.



Kort Nijs

Nieuws uit Nij Smellinghe

Feestelijke opening schoolgebouw

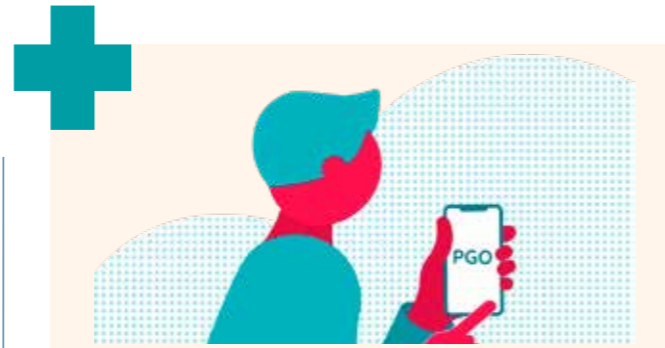
De eerste mbo-schoollocatie voor volwassenen-onderwijs binnen ziekenhuismuren in Nederland is nu officieel een feit! Commissaris van de Koning Arno Brok opende de nieuwbouwlocatie van ROC Friese Poort (Firda) op ons ziekenhuisterrein.

Klaar voor de toekomst

Zo'n 700 mbo-studenten krijgen sinds november 2022 al les in het gloednieuwe gebouw, waar de praktijk letterlijk achter de volgende deur zit. Tijdens de officiële opening is met 120 genodigden in het Auditorium gevierd dat we samen klaar zijn voor de toekomst! "Nij Smellinghe en Friese Poort hebben het echt waargemaakt. Een gouden zet, het fysiek bij elkaar onderbrengen in het ziekenhuis. Dichter bij de praktijk kan niet", aldus Arno Brok.

Mooie samenwerking

Burgemeester Jan Rijpstra sprak zijn lof uit over de samenwerking die is ontstaan. "Er wordt veel geïnvesteerd in ons centrumgebied, daarbij gaat de samenwerking tussen heel veel instellingen in de gemeente steeds beter. We noemen dat de Alliantie van Drachten. En kijk wat er hier gebeurt, dit is prachtig en uniek voor Nederland."



Al je medische gegevens op één plek met PGO

Wat als je voortaan jouw gezondheidsgegevens van meerdere zorgverleners in één app kunt bekijken? Dat kan met PGO!

Persoonlijke Gezondheids Omgeving

PGO staat voor Persoonlijke Gezondheids Omgeving en is een app of een website die je kunt gebruiken om jouw medische gegevens van diverse zorgverleners, zoals huisarts, ziekenhuis, thuiszorg en GGZ, op één plek te verzamelen. Er zijn verschillende PGO's van verschillende aanbieders. Iedere PGO ziet er anders uit en heeft weer andere mogelijkheden. Jij kiest zelf welke PGO het beste bij jou past. In je PGO kun je medische gegevens zien die bekend zijn bij zorgverleners met een MedMij-label. Dit label betekent dat de zorgverlener veilig medische gegevens uitwisselt met een PGO.

Verschil PGO en patiëntenportaal

Een patiëntenportaal is een app of een website van het ziekenhuis waar jij onder behandeling bent. In Nij Smellinghe heet dat portaal Mijn Nij Smellinghe. In dit patiëntenportaal staan alleen de gegevens die het ziekenhuis van je heeft en documenten die horen bij jouw ziekenhuisbehandeling, zoals folders en vragenlijsten. In een PGO zie je de belangrijkste medische gegevens van al je zorgverleners op één plek. Ook kun je je eigen gezondheidsgegevens in je PGO registreren, zoals bloeddruk en gewicht. Meer info: www.nijsmellinghe.nl/pgo.

Nieuws en informatie

Meer actualiteiten en informatie over ons ziekenhuis vind je op de website van Nij Smellinghe: www.nijsmellinghe.nl.

Deel je nieuws met
#nijsmellinghe

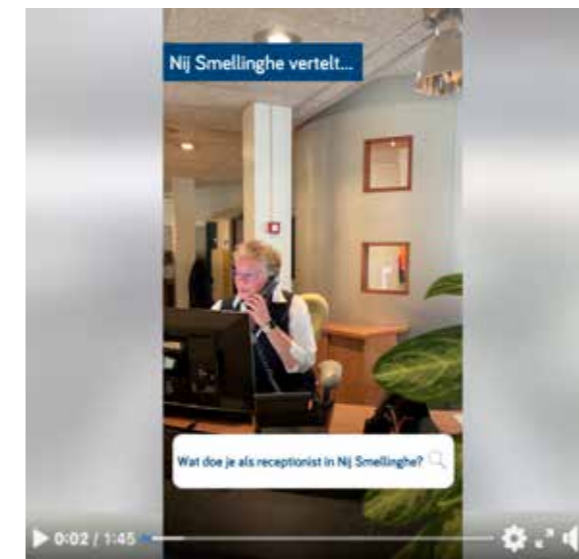


Ondertussen op social media

Uitgelicht bericht

Ziekenhuis Nij Smellinghe
6 d · 🌐

Receptionist Renate Mintjes werkt al 25 jaar in Nij Smellinghe. In deze video vertelt ze meer over haar werkzaamheden en hoogtepunten binnen haar dagelijkse werk. Onder het motto 'Met aandacht. Dat voelt beter' zetten dagelijks 1.600 collega's zich in binnen Nij Smellinghe. In de zomerserie 'Nij Smellinghe vertelt' delen collega's van verschillende afdelingen en functies meer over hun dagelijkse werk en hoogtepunten. #nijsmellinghevertelt



Aantal volgers (juni 2023)

Facebook: 9.202
Twitter: 2.683
LinkedIn: 12.187
Instagram: 4.869

Gemiddelde beoordeling op
Zorgkaart Nederland
(juni 2023)
is een 8,8 (143 waarderingen).



Volg je ons al?

🐦 📷 Nijsmellinghe
📘 🌐 Ziekenhuis Nij Smellinghe

Hierover is de laatste tijd gesproken op social media





V.l.n.r.: Marieke Hillebrand,
José van Gelder en Fokje Boxman.

DOOR NYNKE TXT

Palliatieve zorg

“Het woord ‘uitbehandeld’ bestaat niet.”

‘Helaas kunt u niet meer beter worden.’ Ieder jaar krijgt een aantal patiënten van Nij Smellinghe deze boodschap. Maar ‘niet meer beter kunnen worden’ betekent niet dat onze zorg stopt. Met palliatieve zorg bieden we een zo goed mogelijke kwaliteit van leven in de laatste levensfase. “Het woord ‘uitbehandeld’ bestaat niet.”

Waar de meeste afdelingen binnen Nij Smellinghe zich richten op genezing, richt de afdeling Palliatieve Zorg zich op het leven wanneer je niet meer beter wordt. Palliatief is een ander woord voor verzachtend. “We doen er alles aan om te zorgen dat jouw leven zo goed en prettig mogelijk is, ondanks dat je ziek bent”, vertelt José van Gelder, anesthesioloog en kaderarts Palliatieve Zorg. “Dat doen we door je te ondersteunen bij praktische vragen en moeilijke dilemma’s, vanaf de start van de palliatieve fase tot en met het overlijden. Bijvoorbeeld door samen na te denken over passende zorg thuis en het bieden van pijnbestrijding.”

>>

“We doen er alles aan om te zorgen dat jouw leven zo goed en prettig mogelijk is, ondanks dat je ziek bent.”

“Palliatieve zorg gaat over de dood, maar veel meer nog over het leven.”

Proactief zorgplan

Wanneer je hoort dat je niet meer beter kunt worden, komen er automatisch volop vragen naar boven. Van ‘Waarom ik?’ tot ‘Wat moet ik allemaal regelen?’ Wanneer er een specialistische zorgvraag is, kan het Palliatief Advies Team ondersteunen met bijvoorbeeld het opstellen van een proactief zorgplan. “Samen met de patiënt en naasten maken we zo'n proactief zorgplan”, legt Marieke Hillebrand, verpleegkundig specialist Palliatieve Zorg, uit. “In dat plan staan jouw wensen en afspraken. Bijvoorbeeld dat je niet gereanimeerd wilt worden. Of dat je graag thuis wilt sterven. Door dit vast te leggen, hoef je het niet telkens opnieuw te vertellen aan jouw zorgverleners in het ziekenhuis of thuis.”

Het Palliatief Advies Team zou deze zorg, met een proactief zorgplan, het liefste aan iedereen willen geven.

Houvast voor naasten

Het plan geeft bovendien houvast aan naasten, merkt Fokje Boxman, verpleegkundige en aandachtsvelder Palliatieve Zorg. “Voor familie en vrienden kan het heftig zijn om te zien dat een dierbare in de laatste levensfase pijn heeft, niets meer eet of benauwd is. Het kan dan lastig zijn om keuzes te maken. In zo'n situatie vertelt het zorgplan ons wat de patiënt zelf wil dat we doen. Dat zorgt in veel gevallen voor rust bij de naasten.”

De brug tussen ziekenhuis en thuis

Voor het maken van zo'n zorgplan komt Marieke bij patiënten thuis. “Veel mensen vinden het fijn om het thuis over deze toch heftige onderwerpen te hebben. Zo ben ik als het ware de brug tussen de ziekenhuiszorg en de laatste fase thuis. Voorheen hadden patiënten nog wel eens het gevoel alsof Nij Smellinghe hen in de steek liet nadat de arts ‘de boodschap’ had uitgesproken. Nu blijven we, zo nodig, in beeld tot aan het laatste moment.”

Meer aandacht voor palliatieve zorg

Er moet veel meer aandacht komen voor palliatieve zorg vinden Fokje, Marieke en José. “De medische zorg is de afgelopen decennia alsnar slimmer geworden”, vertelt José. “Voor veel aandoeningen hebben we inmiddels wel een behandeling ontwikkeld. Daardoor komt onze sterfelijkheid steeds verder van ons af te staan. Dat zorgt ervoor dat de boodschap ‘U wordt helaas niet meer beter’ voor veel mensen onwerkelijk voelt en grote vragen oproept. Ook daar helpen we bij met de juiste ondersteuning. Palliatieve zorg gaat over de dood, maar veel meer nog over het leven.”

Meer weten?

Wil je meer weten over palliatieve zorg in Nij Smellinghe? Lees dan het uitgebreide artikel op onze website: www.nijsmellinghe.nl/palliatievezorg.



Naast elkaar liggen en elkaars hand vasthouden of een knuffel geven. Dit kan in de palliatieve fase dankzij de koppelbedden in Nij Smellinghe.

DOOR GEESTELIJK VERZORGER FRANK TIMMERMAN

‘There is a crack, a crack in everything’

De laatste tijd krijg ik van patiënten vaak te horen hoe slecht het gaat in de wereld. Er is oorlog, de klimaatcrisis, de toeslagenaffaire, de stikstofcrisis en wie weet wanneer de volgende pandemie zich aandient. Zij voelen zich machteloos bij deze zaken en misschien weerspiegelt het ook de machteloosheid die zij zelf ervaren bij hun ziekte. Maar het zijn niet alleen patiënten die hierover praten. Ik hoor het ook van collega's bij het koffiezetapparaat en tijdens verjaardagen.

Gevoel van machteloosheid

Dat gevoel van machteloosheid is ons de afgelopen jaren helaas maar al te bekend geworden. Tijdens de coronapandemie hebben veel mensen zich machteloos gevoeld. Ook zorgverleners. Bijvoorbeeld omdat er (in het begin) niet altijd genoeg kennis was over dit nieuwe virus of omdat familie niet langs mocht komen, terwijl de patiënt daar juist zoveel behoefte aan had. Misschien zag je dat iemand de eenzaamheid thuis niet aankon. De voorbeelden zijn eindeloos. Ik weet dat ik mij ook regelmatig machteloos heb gevoeld.

Machteloosheid is een lastig gevoel. Je wilt dat iets verandert, maar kunt dat niet voor elkaar krijgen. Je kunt dan de moed verliezen, je moedeloos gaan voelen. Zanger Leonard Cohen zingt hierover in het lied Anthem uit 1992. In het refrein komt hij met een antwoord op die machteloosheid.



Vrije vertaling Anthem, Leonard Cohen (1992, album Future)

Ring the bells that still can ring
(Luidt de bellen die nog kunnen luiden)
Forget your perfect offering
(Vergeet jouw perfecte offer)
There is a crack, a crack in everything
(Er zit een barst, er zit overal een barst in)
That's how the light gets in
(Daar komt het licht door naar binnen)

Probeer te doen wat je wel kan

Voor mij betekent deze tekst, in het licht van machteloosheid, dat je je moet beseffen dat je niet alles kunt oplossen. Probeer te doen wat je wél kan. Jij en de wereld om je heen zijn nu eenmaal niet perfect. Juist daar komen soms mooie dingen van. Zoals mooie ontmoetingen die anders nooit hadden plaatsgevonden. Juist in de kwetsbaarheid en in het verdriet kunnen mensen dichtbij elkaar komen en er voor elkaar zijn op onverwachte en hartverwarmende manieren.



NijsNet verbindt

Het nieuwe sociale intranet van Nij Smellinghe

Sinds half mei 2023 werken we in Nij Smellinghe met een nieuw sociaal intranet voor onze medewerkers: NijsNet. Een aantrekkelijk, gebruiksvriendelijk intranet dat zorgt voor meer kennisdeling en interactie tussen medewerkers onderling. Dit leidt tot (soms onverwachte) samenwerkingen en inspiratie om de patiëntenzorg en werkomgeving in ons ziekenhuis door te ontwikkelen. Een mooie stap!

KARLA ZWART, COÖRDINATOR
SERVICES/VRIJWILLIGERS, OVER NIJSNET:

**“NijsNet maakt mijn
Nij Smellinghe wereld
wat kleiner.”**

**NijsNet verbindt:
interactie en elkaar inspireren**

NijsNet is een sociaal intranet met organisatienieuws dat ook een sociaal component heeft. Net als bij social media worden berichten weergegeven in een tijdlijn. Als medewerker kun je berichten liken, reageren en collega's taggen. Hierdoor is er veel meer onderling contact, ook met collega's die je anders misschien wel niet zou ontmoeten.

JAN REITSMA,
SALARISADMINISTRATEUR,
OVER NIJSNET:

**“NijsNet:
je vindt wat
je zoekt!”**

Daarnaast kunnen medewerkers zelf kennis en informatie delen, bijvoorbeeld door een bericht te plaatsen of door een groep te starten. Met NijsNet gaat kennis delen snel en heel gemakkelijk. Door mooie verhalen uit de praktijk of een nieuwe ontwikkeling binnen een project te delen, kunnen medewerkers elkaar nog beter inspireren.

NijsNet verbindt! Het onderlinge contact, kennis delen en inspiratie kunnen leiden tot verbeteringen, waarmee we nog betere zorg en een nog fijnere werkomgeving creëren met elkaar.

Betere onderlinge samenwerking

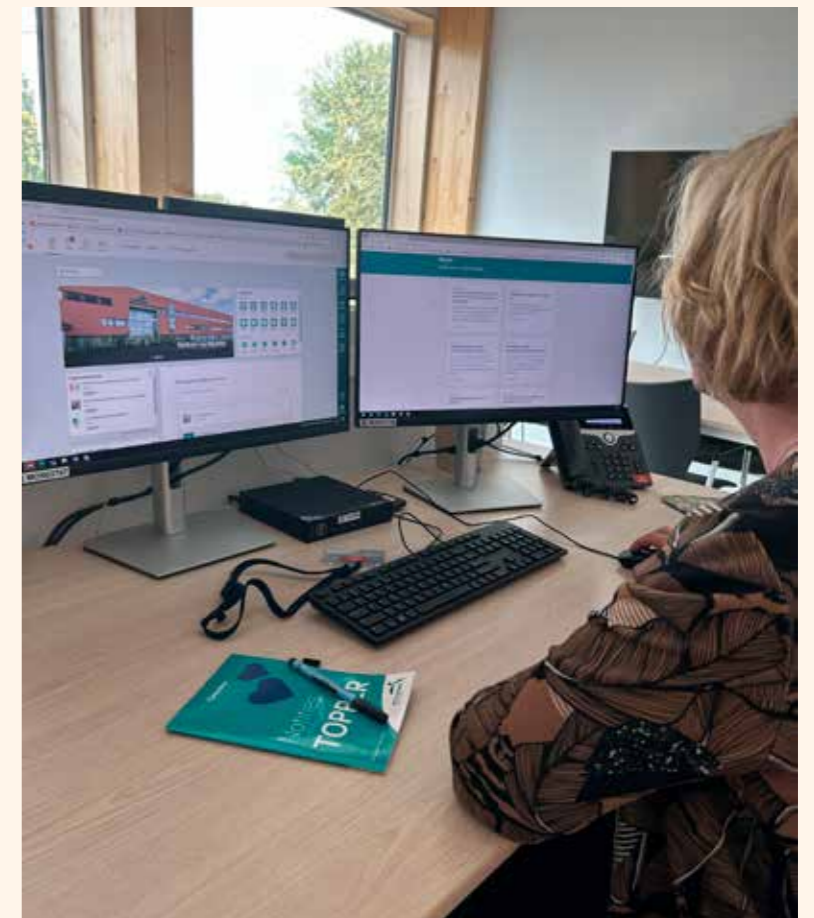
NijsNet is ook een samenwerkingsplatform. Collega's kunnen binnen een functiegebied, afdeling of project in een groep samenwerken en kennis en informatie delen. Dat is handig en vooral ook heel erg leuk! Annemarie Wiersma, communicatieadviseur: “Binnen een groep op NijsNet las ik dat meer collega's met hetzelfde vraagstuk over een bepaald onderwerp rondliepen als ik. Ik kon deze collega's nu gemakkelijk vinden en tips uitwisselen.”

Trots

Medewerkers uit de hele organisatie hebben meegedacht en bijgedragen aan de inhoud van NijsNet. Daar zijn we trots op!

Cijfers van de eerste maand (mei 2023):

- 246 tijdlijnberichten
- 827 bezoeken
- Een gemiddelde bezoekduur van 9 minuten en 22 seconden
- 4.487 paginaweergaven
- 83,4% van de medewerkers bezoekt NijsNet via de mobiele app
- 56% van de medewerkers lees in ieder geval twee keer per week het nieuws en de berichten die van belang zijn op NijsNet
- 24 groepen, waarbij de groep van de Ondernemingsraad en de groepen 'Goed om te Weten' en 'Lief & Leed' de meeste activiteit hebben
- Van de 104 zoekopdrachten is het weekmenu van restaurant Smakelijk het meest gezocht



“Dat zou je eens moeten opschrijven.”

Medisch Beeldvormings- en Bestralingsdeskundige (MBB'er) en Medisch nucleair werker Enrico Louwink schrijft boek over veertig jaar afdeling Radiologie

“Als je al ruim 43 jaar hier in Nij Smellinghe rondloopt, heb je wel het nodige beleefd.” Enrico Louwink is MBB'er met onder andere de specialisatie Medisch nucleair werker in ons ziekenhuis en heeft over zijn belevenissen een boek geschreven. In dit artikel geven we een sneak preview.



Enrico is een directe collega van mij. Allebei werken we op de afdeling Radiologie van Nij Smellinghe. In de koffiekamer vertelt Enrico geregeld grappige en soms ook ontroerende anekdotes uit zijn loopbaan van ruim veertig jaar (uiteraard met respect voor de privacy van betrokken patiënten en medewerkers). De opmerking ‘dat zou je eens moeten opschrijven!’ heeft hij intussen vaak gehoord en ter harte genomen.

Genoeg om een boek te vullen

Toen Enrico eenmaal begon, rolden er steeds meer verhalen uit zijn pen. Zoveel, dat hij een boek kon vullen. Binnenkort komt het boek ‘De röntgenafdeling komisch doorgelicht’ uit; vol humoristische korte verhalen over onze Radiologieafdeling in de jaren '80. “Toen liepen hier nog wat meer kenmerkende dokters rond. En werkten we nog met typemachines en carbonpapier.”

Blijft leuk

De allereerste uitgever waar Enrico zijn manuscript naartoe stuurde, was meteen enthousiast en wilde zijn boek wel publiceren. Ondanks dat de uitgever hem veel werk uit handen neemt, is Enrico verbaasd te merken hoeveel er moet gebeuren om een boek uit te geven. Wordt hij het niet zat om steeds zijn eigen verhalen terug te lezen in de diverse proefdrukken? “Welnee”, zegt Enrico. “Ik kan er nu nog steeds zelf om lachen! Hoewel... het laatste verhaaltje is wat serieuzer. Wel mooi, en er komt veel in samen. Maar dat ga ik verder niet verklappen. Dat lezen jullie maar in het boek!”

“Vroeger liepen hier nog wat meer kenmerkende dokters rond. En werkten we nog met typemachines en carbonpapier.”



Sneak preview

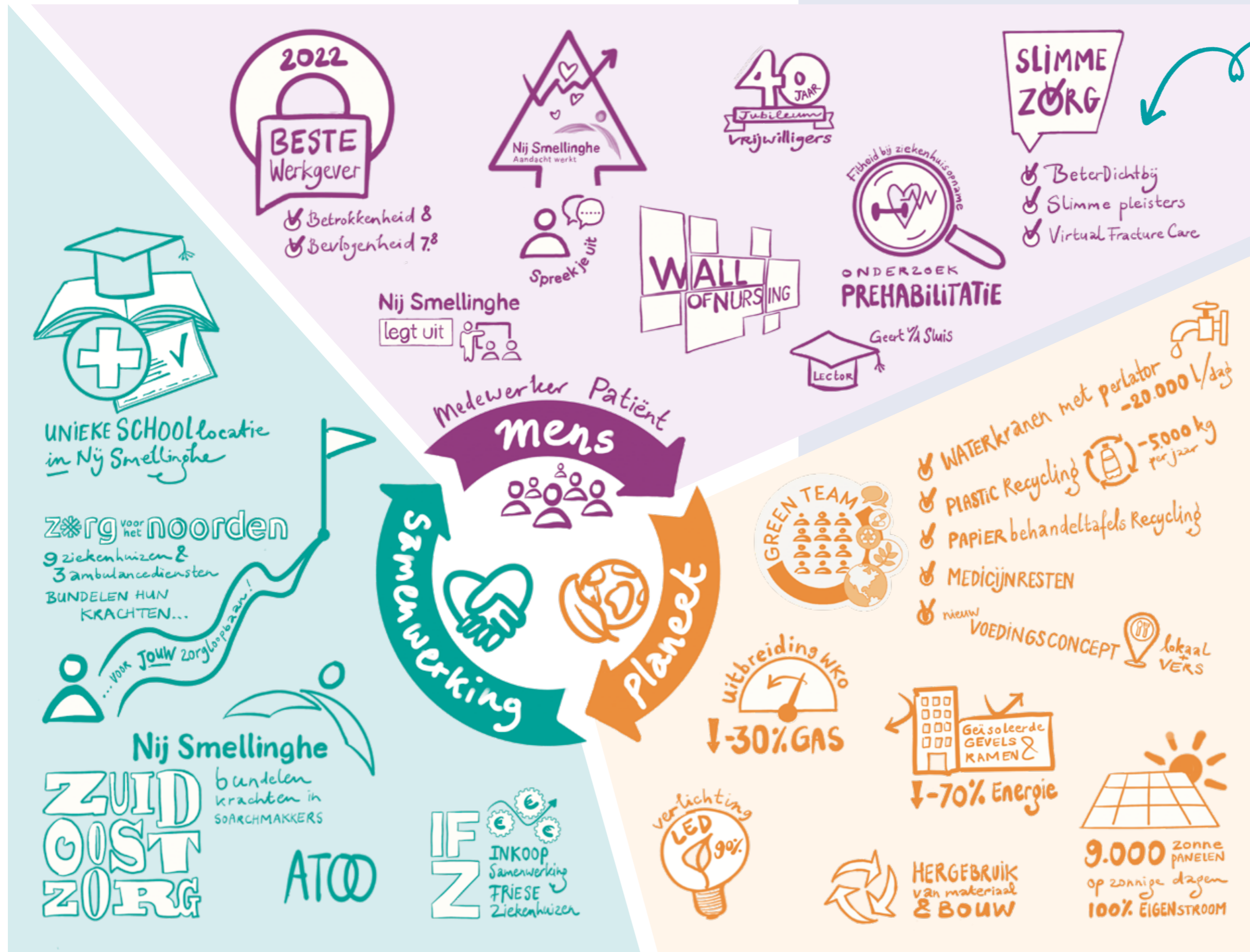
In dit artikel delen we één van de korte anekdotes uit het boek van Enrico. Enthousiast geworden? 14 juli wordt het boek gepubliceerd op de website van uitgeverij Boekscout. Je kunt het boek vanaf 14 juli kopen via de website van de uitgeverij of via Bol.com.

Dikke darmonderzoek met trek maar aan de bel

De radiologen deden vroeger ook veel onderzoeken van de dikke darm. Dit was altijd een vervelend onderzoek, waarbij een slang van achteren bij de patiënt werd ingebracht. Via deze slang werd bariumpap en lucht naar binnen gelaten om de dikke darm zichtbaar te maken.

Een dokter (met een gebruiksaanwijzing) had hiervoor zijn eigen methode en dan met name met betrekking tot de uitleg over hoe één en ander ging. Hij vroeg bij aanvang van het onderzoek aan de patiënt altijd een aantal zaken. Dit ging standaard over medische aanwijzingen en medicijngebruik. Hij eindigde zijn verhaal altijd met de zin: “Het onderzoek mag geen pijn doen. Als het wel pijn doet, trek dan maar aan de bel.”

Totdat op een keer een oudere man voor dit onderzoek langskwam. Hij keek de dokter na zijn uitleg met grote vragende ogen en zei: “Waar hangt die bel dan dokter?” Deze reactie had de dokter nog nooit gehad en hij was even helemaal van zijn stuk gebracht. Na enige tijd verrichtte hij het onderzoek, maar na dit voorval heeft hij deze uitleg nooit meer gebruikt.



Samen werken aan DUURZAME zorg

In Nij Smellinghe werken we samen aan duurzame zorg. Dit doen we op verschillende manieren. Onze patiënten, medewerkers en de omgeving staan centraal bij de duurzame keuzes die we maken.

Wist je dat:

- Nij Smellinghe duurzame keuzes in bouw en bedrijfsvoering maakt? Bijvoorbeeld 9.000 zonnepanelen, uniformen van gerecycled en duurzaam materiaal en een rookvrij terrein
- We gezamenlijk met alle Friese ziekenhuizen materialen inkopen?
- We aandacht hebben voor medewerkers op het gebied van gezondheid, balans, vakkennis, toekomst en werkgeeluk vanuit het programma Aandacht werkt? Nij Smellinghe ondersteunt, de medewerker heeft regie
- Nij Smellinghe een Green Team heeft dat zich inzet voor duurzame initiatieven in Nij Smellinghe?

Tips

- Wil je zelf ook duurzamer aan de slag (op je werk)? Gebruik dan deze tips:
- Sluit als je klaar bent de computer (en het scherm) helemaal af
 - Doe de lichten uit als je de kamer verlaat
 - Gebruik een eigen mok (servies en bestek) in plaats van wegwerpmateriaal
 - Reis op de fiets of wandel als dat kan

Vol vuur voor vitaliteit

In Nij Smellinghe hebben we aandacht voor de vitaliteit van al onze collega's. Maar wat is vitaliteit eigenlijk? En hoe gaan medewerkers hier zelf mee aan de slag?



MARJA ZWAAGSTRA, TEAMMANAGER INTERNE GENEESKUNDE, ONCOLOGIE EN VAATCHIRURGIE

“Zonder ontspanning geen inspanning.”

“Vitaliteit zit verweven in ons DNA. Dat merk ik iedere dag op heel veel manieren. Let bijvoorbeeld maar eens op collega's bij de liften. Iedereen pakt automatisch de trap. Maar vitaliteit is meer dan genoeg bewegen. Vitaliteit gaat ook over mentaal fit blijven. Als leidinggevende is mijn doel om te zorgen dat iedereen goed in zijn vel zit: persoonlijk en ook als team. Dat we dingen doen waar we energie van krijgen. Veel collega's halen die energie uit hun werk. Toch is het belangrijk dat ze hun pauze nemen; even afstand van het werk, om daarna weer met volle aandacht aan de slag te kunnen gaan. Sommige verpleegkundigen nemen een momentje voor zichzelf en zonderen zich even af. En dat is heel goed. Want zonder ontspanning geen inspanning.”



ANNY DILLEMA, VERPLEEGKUNDIGE OP DE EERSTE HART HULP EN HARTBEWAKING

“We moeten zuinig zijn op elkaar.”

“Vitaliteit betekent voor mij luisteren naar je lichaam. Als ergocoach (nevenfunctie) let ik daar iedere dag op. Zit iemand goed achter de computer? Tillen we op de juiste manier? Verplaatsen we het bed zoals afgesproken? Daar help ik collega's graag bij. We moeten namelijk zuinig zijn op onszelf en op elkaar. Anders houd je dit beroep niet vol. Gelukkig past Nij Smellinghe goed op ons. Sinds een paar jaar hebben we een relaxstoel op de afdeling en collega's in de nachtdienst krijgen speciale, (koolhydraatarme) maaltijden van de keuken om fit de nacht door te komen. Ook dat is volgens mij essentieel om vitaal te blijven: dat je van Nij Smellinghe waardering krijgt voor wat je doet en dat je het gevoel hebt dat je wordt gezien.”



“In Nij Smellinghe geloven we in de kracht van onze collega’s. Daarbij gaan we uit van positieve gezondheid en staan collega’s zelf aan het roer. Als (zorg)professional weet je immers zelf het beste wat je nodig hebt om fit en vitaal je werk te kunnen blijven doen.”

YARA JAGER, M&O ADVISEUR BIJ
DE AFDELING MENS & ORGANISATIE

“Goede zorg begint met goed zorgen voor jezelf.”

“In Nij Smellinghe geloven we in de kracht van onze collega’s. Daarbij gaan we uit van positieve gezondheid en staan collega’s zelf aan het roer. Als (zorg)professional weet je immers zelf het beste wat je nodig hebt om fit en vitaal je werk te kunnen blijven doen. Vanuit het programma Aandacht Werkt stimuleren we onze collega’s om onder andere aan de slag te gaan met hun vitaliteit en werkplezier. We organiseren workshops, delen informatie over bijvoorbeeld balans, vakmanschap en gezondheid en we bieden regelmatig health checks aan. Zelf ben ik stresscoach en laat ik collega’s met behulp van een VR-bril kennismaken met hun stresssysteem. Zo ontdekken ze hoe ze stress aan en uit kunnen zetten en maken ze van stress een superkracht. Dit jaar hebben we een vitaliteitsonderzoek gehouden. De belangrijkste uitkomsten deelden we tijdens het Vitaliteitsfestival met alle teammanagers, waarbij we veel leuke en interessante workshops organiseerden voor hun teams. Zo zorgen we ervoor dat vitaliteit leeft en creëren we een win-win-win-situatie voor onze patiënten, collega’s en het gehele ziekenhuis. Want goede zorg begint met goed zorgen voor jezelf.”



Welkom op Mijn Nij Smellinghe,
het patiëntenportaal van
ziekenhuis Nij Smellinghe

Ga naar
www.mijnnijsmellinghe.nl
en log veilig in
met uw DigiD

NIEUW!
Bekijk nu ook folders
over uw behandeling
in Mijn Nij Smellinghe
(klik in het menu
op Voorlichting)

Met aandacht. Dat voelt beter.

Nij Smellinghe
Ziekenhuis Drachten

Heidi Hendrickx

“Voor dit werk moet je geknipt zijn.”

Een beetje verscholen achter het Informatiepunt bij de Hoofdingang vind je de haarwerk- en kapsalon van Heidi Hendrickx. Van highlights tot een persoonlijk haarwerk; al 27 jaar verzorgt Heidi met liefde en aandacht het haar van patiënten in ons ziekenhuis. Een bijzondere baan. “Voor dit werk moet je geknipt zijn.”



Een knipstoel, een spoelbak en volop spiegels: de kapsalon van Heidi lijkt in vrijwel alles op een gewone kapsalon. Met als grote verschil dat het er heerlijk stil is, zonder kwebbelende bezoekers of een tetterende radio. Ook de ramen zijn voorzien van lamellen, die Heidi dichtdraait wanneer een klant plaatsneemt in de stoel. Tijd, rust en aandacht staan hier centraal. “Juist in een periode waarin alles om je ziekte draait, ben ik er om jou er weer als jezelf te laten uitzien.”

Luisterend oor

In die 27 jaar dat Heidi in de kapsalon staat, mocht ze al heel wat mensen met bijzondere verhalen knippen. “Ik vraag mensen nooit naar hun ziekte. Soms beginnen ze er zelf over. Anderen vertellen liever over hun leven buiten het ziekenhuis. Over de kinderen, kleinkinderen, vrienden, hun werk of hobby's. Ik bied een luisterend oor en neem de tijd voor ieder verhaal.”

De laatste haren

Vijftien jaar geleden breidde Heidi haar werk uit met het verzorgen van haarwerken voor patiënten die (tijdelijk) hun eigen haren verliezen.

“Dat kan zijn door een chemokuur, maar denk ook aan een huid- of haarziekte”, legt ze uit. “Met een mooi haarwerk probeer ik mensen weer zichzelf te laten zijn.” Het verliezen van je haren is een emotioneel moment, weet Heidi als geen ander. “Vandaar dat ik ook bij mensen thuis kan komen om in de eigen omgeving het haarwerk voor de eerste keer echt op te zetten.”

Een lief kaartje

Regelmatig krijgt Heidi kaartjes van (ex-)patiënten die haar bedanken voor bijzondere momenten. “Zo kreeg ik laatst een kaartje met de tekst: ‘Schoonheid zit van binnen, maar soms heb je even wat hulp van buiten nodig. Bedankt voor je geduld en hulp!’”

Naar de kapper?

Een afspraak met Heidi maak je via de verpleegkundige op jouw afdeling als je in Nij Smellinghe bent opgenomen. Je kunt ook zelf bellen via 06 427 239 58. En neem gerust een kijkje op de website: www.heidihendrickx.nl.



DOOR ANNOUK KOPPELMAN

Passies volgen in een combi-baan

Al vroeg wist Rachel de Vries wat ze wilde worden: verpleegkundige, met als specialisatie kinderen. Maar ook digitalisering heeft haar interesse. In Nij Smellinghe hoeft ze geen keuze te maken en krijgt Rachel de ruimte om invulling te geven aan beide passies. Sinds 2020 heeft ze namelijk een combi-baan.

Over haar vak als verpleegkundige zegt Rachel: “Kinderen zijn de meest kwetsbare patiëntengroep. En het is een heel afwisselend vakgebied. Zowel door de verschillende leeftijden als door de combinatie van acute en niet-acute zorg. Daarom spreekt het vak van kinderverpleegkundige me zo aan. Bovendien gaat het niet alleen om het kind, maar om het hele gezin dat wordt geraakt als een kind ziek is.” Na de opleiding tot verpleegkundige kon Rachel in Nij Smellinghe de opleiding tot kinderverpleegkundige volgen. Sinds 2014 werkt ze op de Kinderafdeling. En toch...

Enthousiasme voor ICT

“Ik heb het altijd interessant gevonden om met digitale middelen te werken. Uitpluizen hoe we deze het beste kunnen toepassen, zodat het als hulpmiddel wordt gezien en niet als ‘weer iets wat er bijkomt!’” Toen het programma VIPP over elektronische informatie-uitwisseling tussen patiënt en zorgprofessional in Nij Smellinghe werd ingevoerd, is Rachel gevraagd om te ondersteunen. Na afloop van het project is gevraagd of ze bij ICT wilde blijven en dat deed ze.

Combi-baan

En zo kwam het dat Rachel sinds 2020 een combi-baan heeft. Ze werkt drie dagen in de week als kinderverpleegkundige en vrijdag is haar ICT-dag. Dan werkt ze als functioneel applicatiebeheerder

en is ze bezig om het elektronisch patiëntendossier (HiX) te optimaliseren. “Samen met de key-users (aandachtvelders ICT) van de afdelingen kijk ik naar wat wel en niet prettig werkt en hoe het anders kan. Vanuit die informatie denk ik na over wat voor functionele wijzigingen binnen HiX nodig zijn.”

Twee werelden bij elkaar brengen

“Deze combi-baan heeft voor mij meerwaarde. Het maakt dat ik twee werelden bij elkaar kan brengen. Doordat ik zelf aan het bed sta, blijf ik werken met patiënten en doe ik ook telkens weer ervaringen op met het werken in het elektronisch patiëntendossier. Ideeën voor verbeteringen neem ik dan weer mee op vrijdag naar ICT, waar ik met oplossingen aan de slag kan. En doordat ik HiX nu goed ken, kan ik ook mijn collega's weer informeren over hoe dingen makkelijker kunnen werken. Mijn ambitie is om ons werk makkelijker en vlotter te maken, door te streven naar zo min mogelijk klikwerk en door verschillende systemen onderling te laten communiceren.”

“Deze combi-baan heeft voor mij meerwaarde. Het maakt dat ik twee werelden bij elkaar kan brengen.”

Tien vragen aan...

Harry Gerritsma, teammanager Food & Hospitality

10

1. Hoe lang werk je al in Nij Smellinghe?

Ik werk sinds 2016 in Nij Smellinghe. In eerste instantie om het nieuwe voedingsconcept (als patiënt op elk gewenst moment à la carte bestellen en lokale producten) mede vorm te geven. Dit project loopt nog. Sinds 2022 ben ik ook werkzaam als teammanager.

2. Wat zijn je werkzaamheden?

Samen met collega Rinze Menger geef ik leiding aan onze Voedingsdienst. Dat gaat om zo'n negentig medewerkers van de Keuken en Afwaskeuken en de voedingsassistenten. Daarnaast ben ik nog bezig met het ontwikkelen en doorvoeren van het nieuwe voedingsconcept. Bij evenementen stel ik het menu samen en koop ik producten in. Ondertussen sta ik ook met het team in de Keuken en help ik met koken. Heel divers dus!

3. Wat maakt je werk zo leuk?

Ik kom uit een hele dynamische wereld: de hotelbusiness. Ik dacht eerst dat het ziekenhuis minder dynamisch zou zijn, maar dat is dus helemaal niet zo! Het is zelfs nog uitdagender, 100%. We bedienen veel doelgroepen en houden rekening met de verschillende wensen en behoeften. Bij opgenomen patiënten kan dit gaan om een speciaal dieet of allergie of het verzoek om nuchter te blijven in verband met

een operatie. We bedienen ook externe klanten van de GGZ en de Marrewyk, medewerkers en bezoekers in de twee restaurants en bezoekers van evenementen in het Auditorium en de vergaderzalen.

4. Wat is jouw bijdrage aan het team?

Ik ben wel iemand die het voortouw neemt in veel dingen. Ik ben ook heel duidelijk: collega's weten precies wat ze aan mij hebben.

5. Welke vaardigheden wil jij nog verder ontwikkelen?

Ik houd mij momenteel ook bezig met het project Digitaal werkroosters maken. Op dit gebied wil ik me wel verder ontwikkelen. Ik vergelijk het met Rummikub. Je hebt altijd wel iemand die zegt: 'Nou heb ik hem!' en dan begint alle steentjes te verschuiven. Op het laatst komt diegene er dan achter dat het toch niet uitkomt. Probeer dan maar eens alle steentjes weer goed terug te leggen. Zo werkt het ook met roosteren. Binnen dit project willen we dit proces automatiseren; een uitdaging!

6. Wie is voor jou een inspiratiebron in je werk?

Herman den Blijker. Die man is gewoon zoals hij is. Sommige mensen doen zo ingewikkeld over dingen, dat vind ik niet zo tof. Hij is zo onbevangen.

"Ik ben wel iemand die het voortouw neemt in veel dingen. Ik ben ook heel duidelijk: collega's weten precies wat ze aan mij hebben."

7. Welke ontwikkeling in jouw vakgebied spreekt je aan?

Ik vind het leuk om te kijken hoe we zorgvuldiger met spullen en producten kunnen omgaan. Hoe we lokaal producten kunnen inkopen en kunnen kijken naar hoe het nog duurzamer kan. Interessant vind ik ook wat er tegenwoordig allemaal mogelijk is met groente. Hoe je een gerecht zo kan maken dat je het component vlees of vis helemaal niet mist.

8. Wat heb je beslist nodig om je werk te kunnen uitvoeren?

Een bepaalde vorm van vrijheid. Een knoop mogen doorhakken. En creativiteit. Als je niet creatief kunt zijn, dan kun je ook geen kok zijn.

9. Wat zou je nog anders willen zien op je werk?

Ik kijk uit naar het moment dat het nieuwe voedingsconcept volledig is doorgevoerd. Daarnaast lijkt het mij fantastisch om het keukensysteem te digitaliseren, zodat de patiënt met één druk op de knop eten kan bestellen.

10. Wat doe jij om te ontspannen?

Ik ben een zeiler. Als ik echt wil ontspannen, dan ga ik zeilen op de Friese meren.



Unieke samenwerking tussen Nij Smellinghe en ZuidOostZorg

“We bundelen onze krachten op het gebied van infectiepreventie.”

Hoe maken we onze deskundigheid over infectiepreventie breder beschikbaar? Het was een logische vraag binnen de nauwe samenwerking tussen Nij Smellinghe en ZuidOostZorg. Beide organisaties zien met name antibioticaresistentie* als grote uitdaging op zich afkomen. Door binnen Nij Smellinghe een deskundige Infectiepreventie voor ZuidOostZorg op te leiden, bundelen we onze krachten.

Marianne Buijsse, projectleider Kwaliteit bij ZuidOostZorg, startte in februari dit jaar met de opleiding tot deskundige Infectiepreventie (DI) en heeft een opleidingsplek in Nij Smellinghe. “Van ziekenhuis tot revalidatie en van thuiszorg tot verpleeghuis: infectiepreventie is overall relevant”, vertelt ze. “Onze cliënten/patiënten bewegen zich namelijk door de hele zorgketen. Binnen de ziekenhuiszorg is al langer aandacht voor infectiepreventie. Voor ZuidOostZorg

geldt dat infectiepreventie de laatste jaren hoog op onze agenda is komen te staan. We zien het als een belangrijk onderdeel van de basiszorg. Mijn opleiding tot deskundige Infectiepreventie is een logische vervolgstap”.

Werk aan de winkel

Antibioticaresistentie is de grote uitdaging van de toekomst, zo ook voor Nij Smellinghe en ZuidOostZorg.



Aaltsje Kramer (links) en Marianne Buijsse.

“De verwachting is dat door de toegenomen complexiteit van de zorg in 2050 meer mensen overlijden aan de gevolgen van antibioticaresistentie dan aan kanker”, vertelt Aaltsje Kramer, deskundige Infectiepreventie in Nij Smellinghe. “Als deskundigen houden wij ons actief bezig met hygiëne en het voorkomen, opsporen en bestrijden van infecties. Kortom: werk aan de winkel.”

Uitdagende puzzel

ZuidOostZorg maakt al langer gebruik van de expertise van Nij Smellinghe. Zo zet Nij Smellinghe al jaren Nocospray, een desinfectieapparaat, in. Bij een uitbraak kon ZuidOostZorg hier gelijk gebruik

van maken. Marianne en Aaltsje zijn enthousiast over de nauwe samenwerking. “Voor zover wij weten, is dit één van de eerste voorbeelden in Nederland waarin een ziekenhuis en een zorg- en kennisorganisatie samenwerken om een deskundige Infectiepreventie op te leiden. Daardoor is het best een puzzel hoe je iemand opleidt die werkzaam is bij twee verschillende zorgorganisaties. Wij gaan die uitdaging graag aan, samen staan we sterk!”

* We spreken van antibioticaresistentie als bacteriën ongevoelig voor antibiotica zijn geworden. De antibiotica werken dan niet meer waardoor infecties moeilijker te behandelen zijn.

Complimentenwand



FIJNE SFEER

Ik kom altijd graag in dit ziekenhuis. Er heerst een opmerkelijk fijne sfeer. Ik ben in verschillende ziekenhuizen onder behandeling geweest, maar ziekenhuis Nij Smellinghe staat bij mij op nummer één.

Een patiënt @Twitter

WAARDEVOLLE INFORMATIE



Wat hebben verpleegkundigen van de IC/CCU en A2 mij tijdens een focusgroep waardevolle informatie voor mijn onderzoek naar suïcidaal gedrag in het ziekenhuis gegeven. Jongens, ook via deze weg heel erg bedankt voor jullie medewerking!

Collega Laura Drost @Mail

EEN TOP ZIEKENHUIS!



Bedankt voor de goede hulp die ik heb gekregen. Goede dokters en verpleegkundigen. Van Urologie, Eerste hulp tot en met de Kinderafdeling B3 was de zorg in goede, maar vooral deskundige handen. Een top ziekenhuis!

Een patiënt @Zorgkaart Nederland



GROOT COMPLIMENT

Wij geven graag een groot compliment aan onze collega Greetje Heeringa! Greetje zorgt ervoor dat ons team getraind en scherp blijft, zodat wij altijd adequaat onze rol als logger kunnen vervullen in het Crisis Beleids Team (CBT) en Operationeel Team (OT) van Nij Smellinghe, in geval van een calamiteit of crisis. Ze volgt alle ontwikkelingen op dit gebied, doet er alles aan de werkprocessen voor ons team zo eenvoudig mogelijk te maken en weet als geen ander haar kennis met enthousiasme op ons over te brengen.

Greetje, wij krijgen positieve energie van jou!

*Collega's Tineke, Simone, Trudy,
Mariëlle, Annet en Helma @Mail*



EEN TOP CHIRURG!

Na een halve knieoperatie aan mijn rechterbeen, die uitstekend was gegaan, nu een hele knieoperatie links. Het verloop van het herstel is exact verlopen zoals mij door dokter Kooijman vooraf is verteld. Ik ben zeer tevreden over de uitleg en de operatie.

Ook de nazorg was prima. Een topchirurg!

Een patiënt @Zorgkaart Nederland

COMPLIMENT!



Annemarie en andere collega's van afdeling Communicatie: compliment voor het nieuwe intranet, NijsNet! Het is bij de tijd en een aanvulling op onze communicatiestroom!

Collega Lex Moerke @NijsNet

VEEL BEGRIP EN KENNIS



Al jaren loop ik met onbegrepen klachten. Via een collega bij de Overgangspoli van Nij Smellinghe terechtgekomen. Dit had ik veel eerder moeten weten. Ik voel me weer mezelf. Fijne uitleg door de overgangsverpleegkundige en daarna door dokter Wilpshaar. Heel prettige en vriendelijke arts met veel begrip en kennis. Ik ben dankbaar.

Een patiënt @Zorgkaart Nederland

Wil je ook een medewerker of afdeling van Nij Smellinghe een compliment geven?
Stuur dan een mail naar de redactie van Nijs: nijs@nijsmellinghe.nl.