

Winter 2023

Nijs



- Oogsten van hardhout voor hergebruik: samenwerking met zorgwerkplaats ZWAT
- Bijdragen aan de zorg met 3D-printen
- Continentieverpleegkundige: “We moeten af van het taboe op praten over poepen.”

“Krijg je een kans om je te ontwikkelen?
Pak dit met beide handen aan is mijn advies.”

*SEH- en IC-verpleegkundige Margreet Westra
over een leven lang leren*

Met aandacht. Dat voelt beter.

Ziekenhuis Nij Smellinghe: Met aandacht. Dat voelt beter.

Beste lezer,

Nij Smellinghe is een innovatief ziekenhuis. De ambitie om te innoveren is opgenomen in onze strategie. We zien dit nadrukkelijk terug bij het toepassen van bijvoorbeeld prehabilitatie en perioperatieve zorg (werken aan fitheid patiënt voor en na de operatie). En ook in hoe we de patiënt steeds meer digitaal informatie aanbieden. Over onze digitale communicatie lees je op pagina's 16 en 17.

Zelf ben ik teammanager Medisch Technologisch Beheer. Dat is een vakgebied waarbinnen innovaties elkaar in rap tempo opvolgen. Voor mij betekent innoveren dat je vernieuwt met meerwaarde. Op pagina's 22 en 23 vertellen mijn collega's Ewin Marinus en Gerben Postma over 3D-printen. Dit hebben zij in Nij Smellinghe geïntroduceerd. Zelf ben ik initiatiefnemer geweest van een track and trace systeem waarmee we - zorgmedewerkers en technisch beheerders - (medische) apparatuur snel en eenvoudig kunnen terugvinden. Het is mooi om te merken hoe een

innovatie kan bijdragen aan efficiëntie voor de zorg én voor ons als beheerders.

Als teammanager heb ik ook gemerkt dat innoveren een doorontwikkeling van je team kan zijn. Na logische stappen als 'de basis op orde' en procesoptimalisatie volgt innovatie. We ervaren dat met nieuwe dingen bezig zijn ontzettend leuk is, nieuwe kansen biedt en werkplezier geeft!

Dit en nog veel meer interessante artikelen vind je in deze Nijs. Veel leesplezier.

Léon Noorduyn,
Teammanager Medisch
Technologisch Beheer



Colofon

Nijs, winter 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 en Linda Sijtsma
 • **Schrijvers** Laura Brands, Annouk Koppelman, Sarah van der Meer, Linda Sijtsma en Annemarie Wiersma
 • **Externe bijdrage** Maartje Visser - Bureau Binnendijks (tekst) en Annemarie Fotografie (foto's cover en artikelen pagina's 3, 6-8, 10-11, 12-13, 20-21, 22-23, 24-25, 26-27) • **Concept en vormgeving** TEAM - Live your brand
 • **Druk** Donkel en Donkel.

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. Andere ontvangers van Nijs: 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



06

“We moeten af van het taboe op praten over poepen.”
Ingrid Vries vertelt over haar werk als continëntieverpleegkundige

10

“Ik kreeg de controle over mijn aandoening terug.”

Een patiënt vertelt over zijn ervaring bij het Expertise-centrum Lymfovasculaire Geneeskunde (ECL).

20

“Het is een reis waarin je steeds nieuwe ervaringen mag opdoen.”

Kansen om je verder te ontwikkelen. Laat je inspireren door Thom en Margreet.

26

“We kijken heel bewust of we projecten regionaal kunnen uitbesteden.”

Lees meer over de samenwerking tussen Nij Smellinghe en zorgwerkplaats ZWAT.

04 Kort Nijs 09 Vleugels 12 Vrienden van Nij Smellinghe
 14 Proefbevolkingsonderzoek 4-IN-THE-LUNG-RUN 16 Grip op je zorg dankzij digitalisering 19 Ondertussen op social media
 22 3D-printen in de zorg 24 Medisch wetenschappelijk onderzoek in Nij Smellinghe 28 Complimentenwand

“Als je van je werkgever de kans en mogelijkheid krijgt om iets te doen dat je heel leuk vindt, komen de creatieve ideeën vanzelf en kun je hele mooie producten maken.”

Medisch technicus Ewin Marinus, pagina's 22-23.



Kort Nijs

Nieuws uit Nij Smellinghe

Kerstbal-jachtspel

Welkom bij het Kerstbal-jachtspel! In deze Nijs zijn kerstballen verstopt. Hoeveel kan jij vinden? Gebruik je speur talent om ze allemaal te vinden en maak kans op een leuke prijs! Maar pas op, sommige ballen zijn slim verborgen. Word jij de ultieme kerstbalzoeker? Veel succes en prettige feestdagen! Mail je antwoord naar nijs@nijsmellinghe.nl.

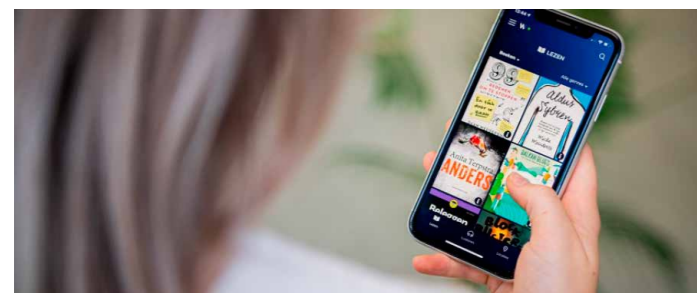


Gratis digitaal tijdschriften lezen in Nij Smellinghe met Wait

Als je in Nij Smellinghe bent, heb je gratis toegang tot meer dan 2.000 tijdschriften, boeken en luisterboeken via de app Wait. Het gebruik van de app is anoniem en je hoeft geen account aan te maken. Volg onderstaande stappen om toegang te krijgen tot Wait. Veel lees- en luisterplezier!

- **Download de app Wait** Zoek de app op in de Appstore (iPhone) of Google Playstore (Android-toestel) of via de website wait.nl/app
- **Zet je locatie aan** Zet via de instellingen van je mobiele telefoon of tablet je locatie (voorzieningen) aan
- **Open de app** Je hebt nu toegang tot 2.000 tijdschriften, lees- en luisterboeken als je in Nij Smellinghe bent

Lees alle informatie over het downloaden, installeren en gebruik van de app Wait via www.nijsmellinghe.nl/wait.



#NijSmellinghevertelt

Onder het motto 'Met aandacht. Dat voelt beter' zetten dagelijks 1.600 collega's zich in binnen Nij Smellinghe. In de zomer van 2023 zijn via onze sociale mediakanalen verschillende video's gepubliceerd onder de naam 'Nij Smellinghe vertelt'. In deze videoreeks delen medewerkers van verschillende afdelingen en functies verhalen over hun dagelijkse werk en hoogtepunten. Bijvoorbeeld kok Mechiel, receptioniste Renate en SEH-verpleegkundige Liza. Ben je nieuwsgierig naar de video's? Je kunt ze terugzien op onze website: www.nijsmellinghe.nl/nijsmellinghevertelt.

Word jij lid van het Cliëntenpanel?

De Cliëntenraad van Nij Smellinghe hoort graag jouw mening over (nieuwe) initiatieven binnen Nij Smellinghe. Met jouw deelname aan het Cliëntenpanel help je de kwaliteit van de zorg en dienstverlening in het ziekenhuis verder te verbeteren.

In het Cliëntenpanel worden (nieuwe) initiatieven op het gebied van kwaliteit, service en patiëntenzorg getoetst. Leden van het Cliëntenpanel ontvangen twee keer per jaar een vragenlijst per e-mail.

Aanmelden voor het Cliëntenpanel

Wij zijn altijd op zoek naar leden voor ons Cliëntenpanel. Heb je interesse? Dan kun je je eenvoudig aanmelden via het aanmeldformulier op www.nijsmellinghe.nl/clientenraad.

Nieuws en informatie

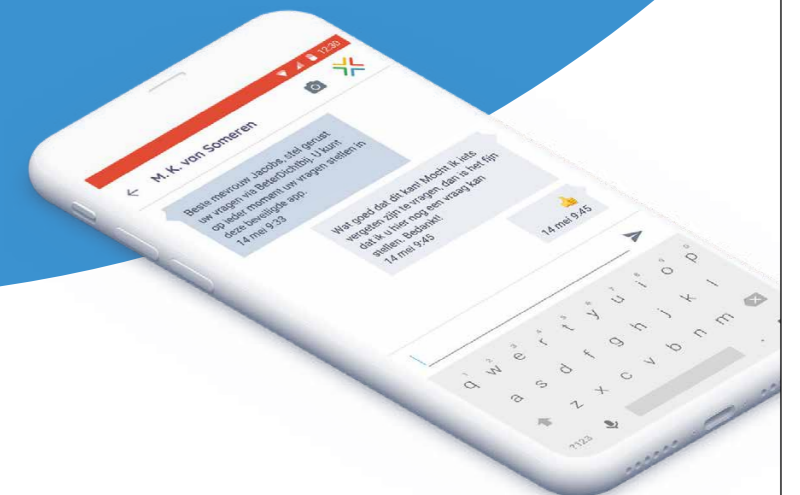
Meer actualiteiten en informatie over ons ziekenhuis vind je op de website van Nij Smellinghe: www.nijsmellinghe.nl.

BeterDichtbij



Direct in contact met uw eigen arts en/of zorgverlener

→ Vraag ernaar bij uw arts





DOOR MAARTJE VISSER

Continentieverpleegkundige Ingrid Vries helpt bij obstipatie of incontinentie

“We moeten af van het taboe op praten over poepen.”

De deur niet meer uit durven uit angst voor een ongelukje. Of vanwege verstopping altijd met buikpijn rondlopen. Veel mensen hebben te maken met incontinentie of obstipatie. Maar de drempel om erover te praten is hoog, merkt continëntieverpleegkundige Ingrid Vries.

Poepen. Plassen. Winden laten. Het zijn veelgehoorde woorden in Ingrid's spreekkamer. Ingrid is continëntieverpleegkundige en is gespecialiseerd in ontlastingsproblemen. Ze begeleidt patiënten die te maken hebben met ontlastingsincontinentie of obstipatie. Patiënten die op haar spreekuur komen, zijn meestal naar haar verwezen door een maag-, darm- en leverarts, chirurg of neurologieverpleegkundige. Ontlastingsproblemen kunnen dan ook veel verschillende oorzaken hebben: soms ontstaan ze als gevolg van aandoeningen als Multiple Sclerose (MS), diabetes of de ziekte van Parkinson. >>

“Patiënten vinden het een opluchting om er openlijk over te praten.”

Dát er een oplossing is voor hun probleem, is voor veel patiënten een verrassing. “Ze zeggen vaak: ‘Had ik dit maar járen eerder geweten!’.

Maar ook verzakkingen, vaak door ouderdom, en darmproblemen als dikkedarmontsteking of het prikkelbaar darmsyndroom kunnen ertoe leiden dat iemand ongewenst ontlasting verliest of juist verstopt raakt.

Van niks weten

Ontlastingsproblemen hebben vaak een grote impact op iemands leven. “Sommige mensen komen nauwelijks meer buiten, uit angst om niet op tijd naar het toilet te kunnen.

Bovendien vinden de meeste patiënten het moeilijk om over hun probleem te praten. Er rust zo'n taboe op praten over poepen! Vaak is de partner de enige die op de hoogte is. Zelfs kinderen of hele goede vrienden weten meestal van niks. Dat vind ik altijd heel verdrietig om te horen. Vooral omdat er zoveel hulpmiddelen en oplossingen bestaan die het leven een stuk aangenamer kunnen maken.”

Opluchting

Ingrids consulten draaien dan ook voornamelijk om het vinden van de best passende oplossing. Ze begint altijd met een uitgebreide intake. “Ik stel allerlei vragen over bijvoorbeeld voeding en leefstijl, medicatie en voorgaande behandelingen. Maar ik vraag bijvoorbeeld ook hoe vaak iemand naar de wc gaat en hoe de ontlasting eruitziet.” Ze vervolgt glimlachend: “De meeste patiënten aarzelen eerst even, maar vinden het daarna een opluchting om er eindelijk eens openlijk over te praten.”

Van leefstijlverandering tot darmspoelen

Na dit uitgebreide ‘poeppraatje’ gaat Ingrid op zoek naar een geschikt hulpmiddel. “Dat kan echt van alles zijn. Van een leefstijlverandering – meer vocht of vezels – of een aanpassing in de medicatie tot het advies om een bekkenbodemptherapeut te bezoeken. Maar er zijn ook hele praktische hulpmiddelen als anaaltampons of speciale incontinentieverbanden. Verder leer ik regelmatig patiënten darmspoelen, waarna ik ook zorg voor de juiste begeleiding thuis én zelf betrokken blijf.”

Praat erover

Dát er een oplossing is voor hun probleem, is voor veel patiënten een verrassing. “Ze zeggen vaak: ‘Had ik dit maar járen eerder geweten!’. Mensen krijgen de regie over hun ontlastingspatroon terug en daarmee vaak ook de regie over hun leven. Dat is heel waardevol.” De continentieverpleegkundige hoopt dan ook dat meer mensen de weg naar haar spreekkamer vinden. “Heb je moeite met je ontlasting ophouden of zit je juist verstopt? Ga naar je huisarts, praat erover. Hij of zij kan je naar mij doorverwijzen. En: schaam je niet. Iedereen poept.

DOOR GEESTELIJK VERZORGER TAEKE HOEKSTRA

De winterdip

De donkere, natte en koude dagen van het jaar zijn weer aangebroken. Voor sommige mensen zijn de winterse maanden een tijd van overleven. Ze worstelen zich er doorheen of ontsnappen naar een warmer oord. De winterdip bestaat en gaat gepaard met klachten als vermoeidheid, lusteloosheid en sombere gevoelens.

De reden voor terugval in energie, productiviteit en positiviteit heeft te maken met de verminderde blootstelling aan helder zonlicht. Daardoor wordt onze hormonale huishouding beïnvloedt: meer melatonine en minder cortisol, waardoor we ons minder energiek voelen. Dat maakt het moeilijker om in beweging te komen en zin te maken om er op uit te gaan. Maar juist door in beweging te komen maken we endorfine aan; een hormoon dat ons geluk doet ervaren.

Endorfine opkrikken

Een winterdip is gelukkig goed te bestrijden door zoveel mogelijk daglicht te vangen om ‘geactiveerd’ te raken en door (ondanks frisse tegenzin) toch in beweging te komen en de endorfine op te krikken. Is dat onvoldoende? Dan bestaat er zelfs zoiets als lichttherapie: een week lang elke dag 45 minuten in een speciaal fel wit licht zitten. Klinkt bijna als een ouderwetse exorcisme!

Geen winterdip, maar winterdepressie

Het wordt lastiger wanneer het niet gaat om een winterdip, maar om een winterdepressie. Daar kun je van spreken als je dagelijks en minstens twee weken lang een groot deel van de volgende symptomen ervaart: somberheid, schuldgevoelens,

gevoelens van waardeloosheid, geen behoefte aan sociale contacten, vermoeidheid, besluiteloosheid, je niet kunnen concentreren en een verstoord eetpatroon (thuisarts.nl).

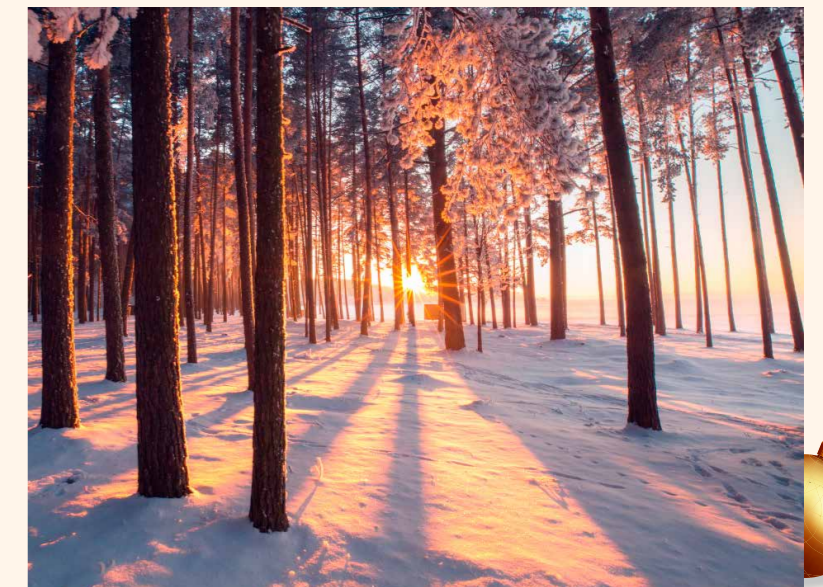
Schoonheid

Gelukkig zijn de herfst en winter niet alleen maar kommer en kwel. Elk seizoen kent ook zijn schoonheid. Zo kan ik enorm genieten van een bos in herfstkleuren en van een kop hete thee of warme chocolademelk terwijl de wind buiten de regen tegen de ramen jaagt. Een sneeuwlandschap heeft voor mij ook iets magisch; zo'n ongerepte witte wereld. Misschien is dat deels omdat ik fan ben van de Narniaboeken.

Wat is jouw ‘lichtpuntje’ in deze donkere maanden?

Laten we in ieder geval elkaar weer door deze winter heen helpen. Door naar elkaar om te kijken, een licht voor elkaar te zijn en elkaar warmte en betrokkenheid te bieden.

“Kom in beweging. Zo maak je endorfine aan; een hormoon dat ons geluk doet ervaren.”



“Ik kreeg de controle over mijn aandoening terug.”

Nadat Johan de diagnose lymfoedeem kreeg, probeerde hij van alles om zijn aandoening onder controle te krijgen. Maar niets hielp écht. Totdat hij bij het Expertisecentrum Lymfovasculaire Geneeskunde (ECL) van Nij Smellinghe kwam.

Het gebeurde toen Johan voor zijn werk op reis was: zijn linkerbeen zwol enorm op. “Ik schrok enorm, had geen idee wat er aan de hand was.” Thuis stelde zijn huisarts de diagnose: lymfoedeem. Een chronische aandoening waarbij lymfevocht zich ophoopt in het lichaam. “Bij mij gebeurt dat dus in mijn been. Zo’n dik been is vooral heel onhandig; het belemmert je mobiliteit. Daarnaast heb je een groter risico op infecties. Een klein wondje kan zomaar tot wondroos (pijnlijke ontsteking van de huid) leiden.”

Zorgen maken

Met regelmatige bezoeken aan een oedeemtherapeut, die met massages de afvoer van overtollig lymfevocht stimuleerde, had Johan zijn lymfoedeem aanvankelijk aardig onder de duim. Totdat het ineens niet meer beter, maar juist erger werd. “Ik bleef trouw naar de therapeut gaan, droeg een kous, gebruikte allerlei hulpmiddelen, maar het hielp allemaal nauwelijks. Toen begon ik me zorgen te maken: zou het vanaf nu steeds erger worden? En zou ik mijn werk, waarvoor ik veel in het buitenland ben, nog wel kunnen blijven doen?”



Ziekte leren begrijpen

Johan werd doorverwezen naar het ECL van Nij Smellinghe. Daar volgde hij een intensief, twee weken durend behandeltraject met onder meer dagelijkse behandelingen door de oedeemtherapeut, sport onder begeleiding en sessies over omgaan met lymfoedeem. Ook kreeg Johan een nieuwe en betere kous aangemeten. “Dat traject was precies wat ik nodig had. Niet alleen omdat de intensieve behandeling hielp om het lymfoedeem onder controle te krijgen, maar ook omdat ik de

ziekte leerde begrijpen. Ik snap nu wat er met me aan de hand is én wat ik er zelf tegen kan doen. Ik kreeg de regie over mijn aandoening terug.”

De wereld over

Het inzicht in de ziekte helpt hem om er op de juiste manier mee om te gaan, vertelt hij. “Ik vond het bijvoorbeeld altijd vreselijk om zo’n kous te dragen. Nu ik weet waaróm die kous zo belangrijk is, ben ik ineens wel gemotiveerd om dat ding elke dag aan te trekken.” En die baan, waarvoor hij zoveel moet

reizen? “Die heb ik gelukkig nog steeds. Met wat kleine aanpassingen – in het vliegtuig met mijn been omhoog, beweging en voldoende hersteltijd na de vlucht – reis ik zonder problemen de wereld over.”

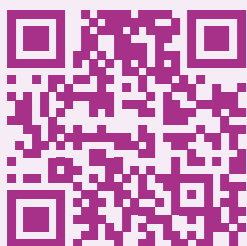
Meer informatie

Wil je meer weten over ons Expertisecentrum Lymfovasculaire Geneeskunde? Kijk dan op www.nijsmellinghe.nl/ecl.



Word jij ook Vriend van Nij Smellinghe?

Minke hoopt in de toekomst nog veel mooie projecten te realiseren met de Vrienden. Denk bijvoorbeeld aan vervanging en uitbreiding van speelgoed in de wachtkamers. Daar is ieder jaar geld voor nodig. Daarom zijn de Vrienden op zoek naar nieuwe Vrienden! Wil jij ook Vriend van Nij Smellinghe worden? Word donateur of doe een eenmalige gift. Bekijk alle informatie op: www.nijsmellinghe.nl/vrienden.



DOOR LINDA SIJTSMA

“Door mijn vrijwilligerswerk kan ik net dat beetje extra betekenen.”

50 jaar Vrienden van Nij Smellinghe!

Minke Graafsma is sinds 2017 voorzitter van de Stichting Vrienden van Nij Smellinghe. Naar aanleiding van het 50-jarig bestaan van de stichting vertelt ze hierover. Eerder was ze zeven jaar bestuurslid en voorzitter bij onze Cliëntenraad. Het vrijwilligerswerk is waardevol voor haar: “Ik vind het belangrijk om mijn steentje bij te dragen aan de maatschappij. Het geeft mij veel plezier dat ik de dag kan afronden en dan kan zeggen: dat hebben we mooi met elkaar bereikt. Door mijn vrijwilligerswerk kan ik net dat beetje extra betekenen.”

De Vrienden van Nij Smellinghe

De Stichting Vrienden van Nij Smellinghe zet zich in om het bezoek aan het ziekenhuis voor patiënten en bezoekers aangenamer te maken. Dit doen ze door jaarlijks zo'n 25 projecten te financieren die we niet uit het reguliere ziekenhuisbudget kunnen betalen. Dit wordt mogelijk gemaakt door vaste donateurs en eenmalige giften.

“Als er in het ziekenhuis wordt verbouwd of gerenoveerd, investeren we graag in het gezelliger maken van de ruimte. Dan zorgen we ervoor dat bijvoorbeeld de balie mooi wordt aangekleed en dat er kunst aan de muur hangt.”

Fijne samenwerking

Het bestuur bestaat uit zes leden, samen beoordelen ze welke nieuwe aanvragen vanuit het ziekenhuis worden gerealiseerd. De Vrienden werken nauw samen met Nij Smellinghe. Vanuit het ziekenhuis zijn de directeur Bedrijf en Gebouwen, afdeling Financiën en afdeling Communicatie betrokken als adviseurs van de stichting.

Minke: “De samenwerkingen met de verschillende medewerkers van Nij Smellinghe ervaren we als ontzettend prettig en in het belang van de projecten. Het is belangrijk om goed met elkaar samen te werken en te laten zien wat wij doen.”

We bekijken samen wat er mogelijk is. Een mooi voorbeeld hiervan is het Stiltecentrum. Nij Smellinghe betreft ons actief bij de plannen voor een nieuw Stiltecentrum. Wij kijken hoe we er vanuit de Vrienden aan kunnen bijdragen dat het een fijne verblijfsruimte wordt.”

50 jaar Vrienden

Op 2 november 2023 vierden de Vrienden hun 50-jarig jubileum. Minke: “We hebben de afgelopen jaren al veel mooie projecten gerealiseerd. Een project dat me altijd zal bijblijven is de aanschaf van ruim 400 televisieschermen met een zevenjarig abonnement in 2014. Hierdoor werd het voor alle patiënten op de verpleegafdelingen mogelijk om televisie te kijken. Een fijne afleiding tijdens de ziekenhuisopname. Dit is precies het beetje extra dat we als Vrienden aan patiënten willen bieden.”

In dit jubileumjaar financieren de Vrienden een groot project: “We realiseren onder andere een Jeu de Boules-baan met bankje bij het Expertisecentrum Lymfovasculaire Geneeskunde (ECL). Een fijne afleiding voor patiënten die vaak voor langere tijd bij het ECL verblijven.”

“Het is belangrijk om goed met elkaar samen te werken en te laten zien wat wij doen.”



Al ruim 500 deelnemers aan proefbevolkingsonderzoek 4-IN-THE-LUNG-RUN

In mei 2023 startte in Nij Smellinghe het Europese proefbevolkingsonderzoek 4-IN-THE-LUNG-RUN met als doel het vroegtijdig opsporen van longkanker. Ons ziekenhuis is één van de drie screeninglocaties in Nederland. Aansluitend is in Nij Smellinghe een leefstijlinitiatief van Sūnenz en Sportbedrijf Drachten gestart. In dit artikel geven we je een update.

Dit is 4-IN-THE-LUNG-RUN

Inwoners uit regio Drachten tussen de 60 en 79 jaar hebben een uitnodiging ontvangen om deel te nemen aan het proefbevolkingsonderzoek. Doel is het vroegtijdig opsporen van longkanker. Het onderzoek bestaat uit bloedafname en een CT-scan van de longen. Via een (online) vragenlijst wordt duidelijk of iemand in aanmerking komt voor het onderzoek. Het onderzoek is bedoeld voor mensen die al lange tijd in hun leven roken of in het verleden lang hebben gerookt.

Stand van zaken

Tot nu toe zijn ruim 500 deelnemers voor een CT-scan in Nij Smellinghe geweest. Daarvan zijn 31 deelnemers doorverwezen voor verder onderzoek. Het aantal doorverwijzingen is in lijn met de andere screeninglocaties in Nederland. Longarts Maarten Smeekens: "We zijn er trots op dat ons ziekenhuis deelneemt aan dit proefbevolkingsonderzoek. Patiënten met een afwijkende scanuitslag kunnen op korte termijn op de polikliniek Longgeneeskunde terecht. De kans dat er bij een afwijkende scanuitslag sprake is van longkanker is ongeveer 50%. Als longkanker in een vroeg stadium wordt aangetoond, zijn er meer behandelopties en is de kans op overleving en genezing groter."

Aan de slag met gezondheid

Deelnemers aan 4-IN-THE-LUNG-RUN kunnen ook gratis gebruikmaken van een leefstijlinitiatief van Sūnenz, Sportbedrijf Drachten en Nij Smellinghe. "Voor of na het CT-onderzoek kan de deelnemer bij mij langslopen op afdeling Radiologie", vertelt buurtsportcoach Dennis Zijlstra van Sportbedrijf Drachten. "Samen kijken we hoe iemand aan de slag kan gaan met zijn gezondheid en wie daar goed bij kan helpen. Denk bijvoorbeeld aan stoppen met roken, afvallen of meer bewegen via het Samen Gezond Spreekuur bij Sūnenz, een initiatief van de Gemeente Smallingerland. Ik merk dat het populair is. Er zijn al zeker dertig mensen gestart met sporten, een aantal is gestart met een stoppen-met-roken-programma

Onderzoek is van levensbelang

Bij longkanker ontstaan merkbare klachten vaak pas als de kanker zich in een later stadium bevindt. De ziekte is dan moeilijker te behandelen. Als longkanker in een vroeg stadium wordt ontdekt, is vaak een minder intensieve behandeling nodig en is het risico op overlijden lager.

Cijfers in Nederland:

- Jaarlijks 14.000 nieuwe longkankerpatiënten
- Jaarlijks 10.000 sterfgevallen
- 3 van de 100 mensen is na vijf jaar nog in leven bij diagnose in laat stadium
- 60 van de 100 mensen is na vijf jaar nog in leven bij diagnose in vroeg stadium

en ruim vijftig geïnteresseerden gaan nog aan de slag. Het leuke is dat ook andere ziekenhuisbezoekers me weten te vinden. Alleen maar goed; hoe meer mensen ik kan helpen fit te blijven of te worden, hoe beter!"

Wil je meer weten over 4-IN-THE-LUNG-RUN?

Kijk op www.nijsmellinghe.nl/4itlr of www.4inthelunrun.com.

Het Erasmus MC is hoofdaanvrager van het proefbevolkingsonderzoek in Nederland. Institute for Diagnostic Accuracy (iDNA) is coördinator van de CT screening, de radiologische beoordelingen en de Artificial Intelligence technologie.

CT-scan met lage dosis straling

Onderdeel van het onderzoek is een CT-scan. Radioloog Daniël Lubbers: "In Nij Smellinghe beschikken we over een kwalitatief hoogwaardige CT-scanner. Hiermee kunnen we, bijvoorbeeld in een screeningssetting, met heel weinig röntgenstraling toch met haarscherpe, gedetailleerde beelden longkanker in een vroeg stadium vaststellen. Daarom is Nij Smellinghe gekozen als één van de drie screeninglocaties. Ons ziekenhuis heeft deze moderne CT-scanner drie jaar geleden aangeschaft om bij te dragen aan de doorontwikkeling van zorg. Zowel op het vlak van diagnostiek en behandeling als op het vlak van preventieve zorg. We zetten de CT-scanner ook in voor het vaststellen van doorbloedingsproblemen bij een acute beroerte van het gehele brein, voor het maken van haarscherpe beelden van een bewegend hart en de kransslagvaten en bij kinderen."



Grip op je zorg dankzij digitalisering

De wereld wordt steeds digitaler. Online bankieren, online decembercadeaus inslaan, online je wintersportvakantie boeken en je kunt zelfs online je boodschappen doen! Ook Nij Smellinghe digitaliseert. Patiënten bieden we een digitaal dossier, digitale informatievoorziening en digitaal contact met de zorgverlener. Hiervoor kunnen patiënten gebruikmaken van ons patiëntportaal Mijn Nij Smellinghe en de app BeterDichtbij. In dit artikel leggen we je uit welke digitale informatie je waar kunt vinden. We zien je, online of in het ziekenhuis!

Daarom digitaal: overzicht

Steeds meer informatie voor de patiënt gaan we op één plek aanbieden: in patiëntportaal Mijn Nij Smellinghe. Dit doen we om overzicht te creëren voor de patiënt. De patiënt kan alle informatie terugvinden op één plek. Zo wordt het makkelijker om grip te houden op zorg en medische zaken.

Digitaal = duurzaam

Digitalisering maakt zorg eenvoudiger en sneller toegankelijk. En er is nog een voordeel. Digitaal betekent ook: minder papiergebruik. Denk bijvoorbeeld aan de informatiefolders die we nu digitaal aanbieden in plaats van op papier. Nij Smellinghe draagt de natuur een warm hart toe. Als de patiëntenzorg het toelaat, is dat dan ook een extra motivatie om te digitaliseren!

Digitaal = snel en efficiënt

Door digitaal informatie te delen en het contact voor een deel digitaal te laten verlopen, kunnen we sneller en efficiënter met elkaar communiceren. Die afspraak op het spreekuur die niet nodig is dankzij BeterDichtbij scheelt tijd. Zowel voor de patiënt als voor de zorgverlener. Die tijd kan de zorgverlener besteden aan zorg die wél in het ziekenhuis moet plaatsvinden. Zo proberen we met elkaar de zorg zo toegankelijk en betaalbaar mogelijk te houden.

van ons. BeterDichtbij gaat telefonie en mail in ons ziekenhuis steeds meer vervangen.

Juiste informatie op het juiste moment

Nij Smellinghe gebruikt BeterDichtbij ook om patiënten berichten te sturen. Via BeterDichtbij delen we informatie die op dat moment belangrijk is. Zo herinneren we bijvoorbeeld aan nuchter zijn voorafgaand aan bepaalde onderzoeken en ontvang je een afspraakherinnering als je een afspraak hebt in ons ziekenhuis.

Wil je meer weten over BeterDichtbij? Kijk dan op www.nijsmellinghe.nl/beterdichtbij.

Inloggen gaat veilig met DigiD. In patiëntportaal Mijn Nij Smellinghe vind je:

- Een overzicht van afspraken in Nij Smellinghe. Bij een aantal poliklinieken kunnen patiënten zelf een afspraak maken via het portaal
- Persoonlijke gegevens. Een deel hiervan kunnen patiënten zelf aanpassen
- Het medisch dossier, bestaande uit onder andere brieven, onderzoeksuitslagen, radiologische beelden en overzicht van medicatie die bij Nij Smellinghe bekend is
- Vragenlijsten ter voorbereiding op een afspraak of behandeling en om een mening te geven over de zorg (patienttevredenheidsonderzoek)
- Informatie over aandoening, onderzoek of behandeling (digitale folder en/of animatie)

Wil je meer informatie over patiëntportaal Mijn Nij Smellinghe? Kijk dan op www.mijnnijsmellinghe.nl.

Direct contact met je zorgverlener

Ben je patiënt en heb je na een afspraak of tijdens je behandelperiode een vraag aan je zorgverlener of wil je iets overleggen? Dan kun je een bericht sturen op een moment dat het jou past, via de app BeterDichtbij. Dat kan je een afspraak in het ziekenhuis schelen! Als het nodig is, kun je ook een foto meesturen, bijvoorbeeld als je een vraag hebt over herstel van een wond na de behandeling. Je krijgt dan zo snel mogelijk, en in ieder geval binnen drie werkdagen, een reactie



Hulp nodig? Cursus Digivitaler

Voor sommige patiënten is het digitale contact met Nij Smellinghe nog even wennen. Daarom bieden Bibliotheek Drachten en Nij Smellinghe een gratis cursus (twee ochtenden) aan over patiëntportaal Mijn Nij Smellinghe en BeterDichtbij. De data in 2024 vind je hier: www.nijsmellinghe.nl/digivitaler. Kijk op de website van Bibliotheek Drachten voor Digivitaler; een uitgebreide cursus over digitale zorg (gratis, vijf ochtenden): www.bibliotheekdrachten.nl.

Jezelf ontdekken met leren

“Het is een reis waarin je steeds nieuwe ervaringen mag opdoen.”



‘Je bent nooit te oud om te leren’ is een bekend Nederlands spreekwoord. Leren en ontwikkelen is belangrijk om bij te blijven in je werk en om het beste uit jezelf te halen. In Nij Smellinghe bieden we op verschillende manieren kansen om je verder te ontwikkelen. Laat je inspireren door Margreet en Thom.

Een reis met nieuwe ervaringen

Margreet Westra begon als stagiaire bij Nij Smellinghe. Ze solliciteerde op een vacature en werkte vervolgens negen jaar als verpleegkundige op de afdeling Neurologie. Daarna deed ze de opleiding tot Spoedeisende hulp (SEH)-verpleegkundige. Naast haar werk als verpleegkundige heeft Margreet ook altijd praktische trainingen aan collega's gegeven. Bijvoorbeeld NDT (neuro development treatment) en reanimatietrainingen (ALS). Tijdens de COVID-pandemie werd ze buddy op de Intensive Care (IC), waarna ze de opleiding tot IC-verpleegkundige deed. Nu combineert ze werken op de IC en de SEH. En ze is nog niet klaar met leren. Op dit moment volgt ze een opleiding tot ETS-trainer (Emergo Train System). Een leven lang leren is voor Margreet een overtuiging. “Het is een reis waarin je steeds weer nieuwe ervaringen mag opdoen en daarvan mag leren en genieten. Soms juist van het onverwachte, waardoor je weer een nieuwe weg kunt inslaan die nog beter bij je past.” Door haar eigen weg leert Margreet dat verbeteren haar drijft. Haar advies: krijg je een kans tot ontwikkeling? Pak hem met beide handen aan: one day or day one... you decide!



De smaak te pakken

Nadat Thom van der Heide zijn VMBO heeft afgerond, probeert hij of het leger bij hem past. Dat blijkt niet zo te zijn. Via een beroepskeuzetest leert hij dat de logistieke sector mogelijk wat voor hem kan zijn. Ook hij start met een stage in Nij Smellinghe. Thom wordt gegrepen door het vak en start met een werken- en lerentraject voor logistiek medewerker niveau 2. Als hij aansluitend de studie voor logistiek teamleider volgt, komt hij in een flow. Hij gaat het vak beter begrijpen en snapt steeds beter hoe hij zijn studie kan vertalen naar de praktijk. Hoe kun je zaken efficiënter organiseren? Bovendien krijgt hij het vertrouwen om zelf verantwoordelijkheid te dragen voor kleine projecten.

“Grijp je kans om te leren als je die krijgt!”

Dan heeft Thom de smaak te pakken. Inmiddels heeft hij de HBO-opleiding Logistiek afgerond en is hij van senior logistiek medewerker doorgesloopt naar teammanager Opslag & Distributie. Het mooiste vindt hij om samen met het team te werken aan het behalen van doelen, die direct verbeteringen voor het zorgproces rondom de patiënt betekenen. “Dat geeft een enorm voldaan gevoel.” Thom is nog niet klaar met leren en ontwikkelen. Zijn advies is dan ook: grijp je kans om te leren als je die krijgt!

Ewin Marinus (links)
en Gerben Postma.



DOOR LINDA SIJTSMA

3D-printen in Nij Smellinghe: van spuithouders tot gelklemmen

Gerben Postma en Ewin Marinus werken als medisch technicus in Nij Smellinghe. Samen met hun collega's zorgen ze voor het beheer en onderhoud van alle medische apparatuur. Daarnaast hebben Gerben en Ewin de 3D-printer in ons ziekenhuis geïntroduceerd. "We werken aan innovatieve oplossingen voor de zorg."

Gerben vertelt dat het 3D-printen van hulpstukken vanuit een hobby is ontstaan. "We vinden het beide leuk om dingen te maken en oplossingen te bedenken. We hebben eerst mijn privéprinter hier neergezet om wat te experimenteren. Inmiddels hebben we een eigen 3D-printer op de afdeling."

Ruimte voor creativiteit

Het 3D-printen is een onderdeel van het werk geworden, vertelt Ewin. "We krijgen van onze teammanager de ruimte om hiermee aan de slag te gaan en het verder te ontwikkelen. Dit kan natuurlijk alleen als de medische apparatuur goed op orde is. Als je van je werkgever de kans en mogelijkheid krijgt om iets te doen dat je heel leuk vindt, komen de creatieve ideeën vanzelf en kun je hele mooie producten maken."

Houders voor voedingsspijten op de Kinderafdeling

In Nij Smellinghe is al een aantal innovatieve hulpstukken geprint. Ewin: "Een mooi voorbeeld hiervan zijn de houders voor de voedingsspijten op de Kinderafdeling. We kregen een aanvraag om iets te bedenken om de voedingsspijten aan een infuuspaal te bevestigen. Ik heb met de 3D-printer een ontwerp voor een houder gemaakt. Het ontwerp heb ik samen met de collega's van de Kinderafdeling uitgeprobeerd en toen geperfectioneerd. Het prototype hebben we laten printen door een professioneel bedrijf. Dit doen we vanwege de grote oplage en uit hygiënisch oogpunt. De Kinderafdeling gebruikt de spuihouders nu dagelijks, we krijgen veel positieve reacties."

Repareren in plaats van vernieuwen

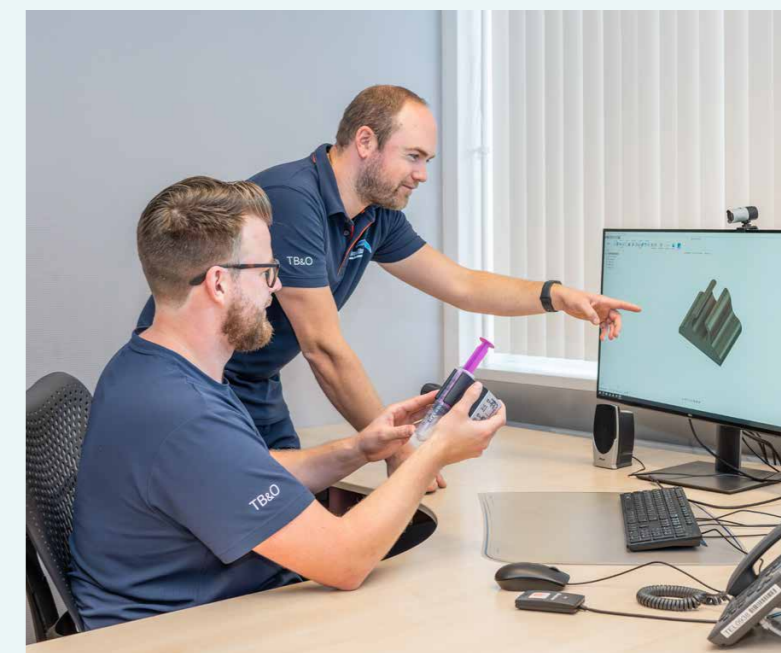
Het 3D-printen levert een enorme tijdswinst en kostenbesparing op, legt Gerben uit. "We printen onderdelen van apparatuur die niet los verkrijgbaar zijn. Hierbij houden we rekening met de bestaande systemen en voorkomen we aanpassingen. Een voorbeeld is het namaken van de klem van de gelhouders van de echotoestellen. In plaats van het bestellen van nieuwe gelhouders, kunnen we deze nu gemakkelijk repareren."

"Er zijn veel ontwikkelingen op 3D-gebied, het is mooi dat wij op deze manier onze bijdrage aan de zorg leveren."

Met een kleine tijdsinvestering en minimale kosten ontwikkelen we een prototype en laten deze door een professioneel bedrijf printen. Hierdoor hoeven we minder nieuwe apparatuur aan te schaffen en dit levert een kostenbesparing van duizenden euro's per jaar op. Daarnaast draagt het ook bij aan het behoud van onze apparatuur. Wel zo duurzaam."

Toekomstdromen

"We hopen in de toekomst nog meer te kunnen betekenen voor de patiënten en medewerkers in het ziekenhuis", besluiten Gerben en Ewin samen hun verhaal. "Bijvoorbeeld door een model van een kaak/jukbeen te printen, ter voorbereiding op een operatie. Er zijn veel ontwikkelingen op 3D-gebied, het is mooi dat wij op deze manier onze bijdrage aan de zorg kunnen leveren."





V.l.n.r. Joanne Bouma,
Lotte knapen en Grytsje Bouma.

DOOR LAURA BRANDS

Medisch wetenschappelijk onderzoek in Nij Smellinghe

De Lokale Haalbaarheidscommissie kijkt mee voor de patiënt

Medisch wetenschappelijk onderzoek is enorm belangrijk voor het verbeteren van de gezondheidszorg en het uitbreiden van medische kennis. Het helpt bijvoorbeeld bij het ontdekken van nieuwe behandelingen of het verbeteren van bestaande behandelingen. Ook in Nij Smellinghe doen artsen en andere zorgprofessionals medisch wetenschappelijk onderzoek. Daar zijn patiënten bij betrokken. Om dit goed te laten verlopen, beoordeelt de Lokale Haalbaarheidscommissie (LHC) elk onderzoeksvorstel. Commissielid Joanne Bouma legt uit hoe dit werkt.

Privacy goed geregeld?

De zorg voor de patiënt staat in Nij Smellinghe op nummer één. Een medisch wetenschappelijk onderzoek mag dit niet in de weg zitten. En het mag geen gevolgen hebben voor de zorg als een patiënt niet aan het onderzoek wil deelnemen.

Of een onderzoek aan alle vereisten voldoet toetsen Joanne Bouma (adviseur leren en ontwikkelen), Lotte Knapen (apotheker), Grytsje Bouma (internist) en ons nieuwe lid Renske Dijkstra (fysiotherapeut). Zij vormen samen de Lokale Haalbaarheidscommissie (LHC). Joanne: "De LHC beoordeelt of het onderzoek lokaal haalbaar is in Nij Smellinghe. Hierbij gaat het bijvoorbeeld over de onafhankelijkheid van het onderzoek. En ook: wordt de patiënt duidelijk geïnformeerd over de inhoud van het onderzoek, de risico's en de belasting? Op basis van onze bevindingen geven we een advies aan de Raad van Bestuur van Nij Smellinghe. Dat advies kan een akkoord zijn. Maar het kan ook zijn dat het bijvoorbeeld nog niet duidelijk genoeg is hoe de privacy is geregeld of wie de data opzoekt. Niet iedereen mag zomaar patiëntgegevens opzoeken; dat moet goed beschreven zijn."

Deelname altijd vrijwillig

Ben je patiënt in Nij Smellinghe? Dan kan het zijn dat je wordt gevraagd om deel te nemen aan een medisch wetenschappelijk onderzoek. "Het is goed om te weten dat deelname altijd vrijwillig is." Bij kinderen en patiënten die hierover niet zelf kunnen beslissen, kan een ouder, voogd of gemachtigde toestemming geven."

Samen

"Medisch wetenschappelijk onderzoek is heel belangrijk. Als LHC streven we er naar om zoveel mogelijk onderzoeksvorstellen goed te keuren, eventueel na enkele aanpassingen. Samen met de onderzoeker zorgen we voor een onderzoek dat goed is voor de gezondheidszorg én voor de patiënt!"

“Deelname aan medisch wetenschappelijk onderzoek is altijd vrijwillig.”

DOOR ANNEMARIE WIERSMA

Oogsten van hardhout voor hergebruik

Samenwerking met zorgwerkplaats ZWAT

“Waarom gaan we eigenlijk niet veel meer materialen hergebruiken?” Deze vraag stelt Bertil Snijder (destijds manager Technisch Beheer en Onderhoud van Nij Smellinghe) in 2019 terwijl hij, kijkend naar de gevels, de plannen voor goed geïsoleerde gevels bespreekt met de architect. Nog geen jaar later wordt de eerste partij oude kozijnen geleverd bij zorgwerkplaats ZWAT voor demontage.



Bertil Snijder voor een wand van hergebruikt kozijnhout op de tweede verdieping van het schoolgebouw van Nij Smellinghe.

Stapels kozijnen

Voor ZWAT, de kleinschalige zorginstelling voor dagbesteding, is dit nieuw. Hun deelnemers schrikken toch een beetje van de enorme hoeveelheid oude kozijnen op hun terrein: “Ja poeh, dat waren er echt veel”, vertelt Ciska, deelnemer aan de dagbesteding. “Moeten wij dit allemaal verwerken?” De deelnemers halen alles uit elkaar: spijkers worden verwijderd en hardhout wordt verzaagd en gesorteerd op lengte, dikte en houtsoort. Zo oogst Nij Smellinghe hardhout voor hergebruik. Het demonteren van de kozijnen kan ZWAT goed in zijn werkzaamheden inpassen, nadat verschillende commerciële partijen voor Nij Smellinghe juist afvielen, omdat zij hier nog niet aan toe zijn. Het is een project zonder tijdsdruk, dat voor de deelnemers van ZWAT heel geschikt is.

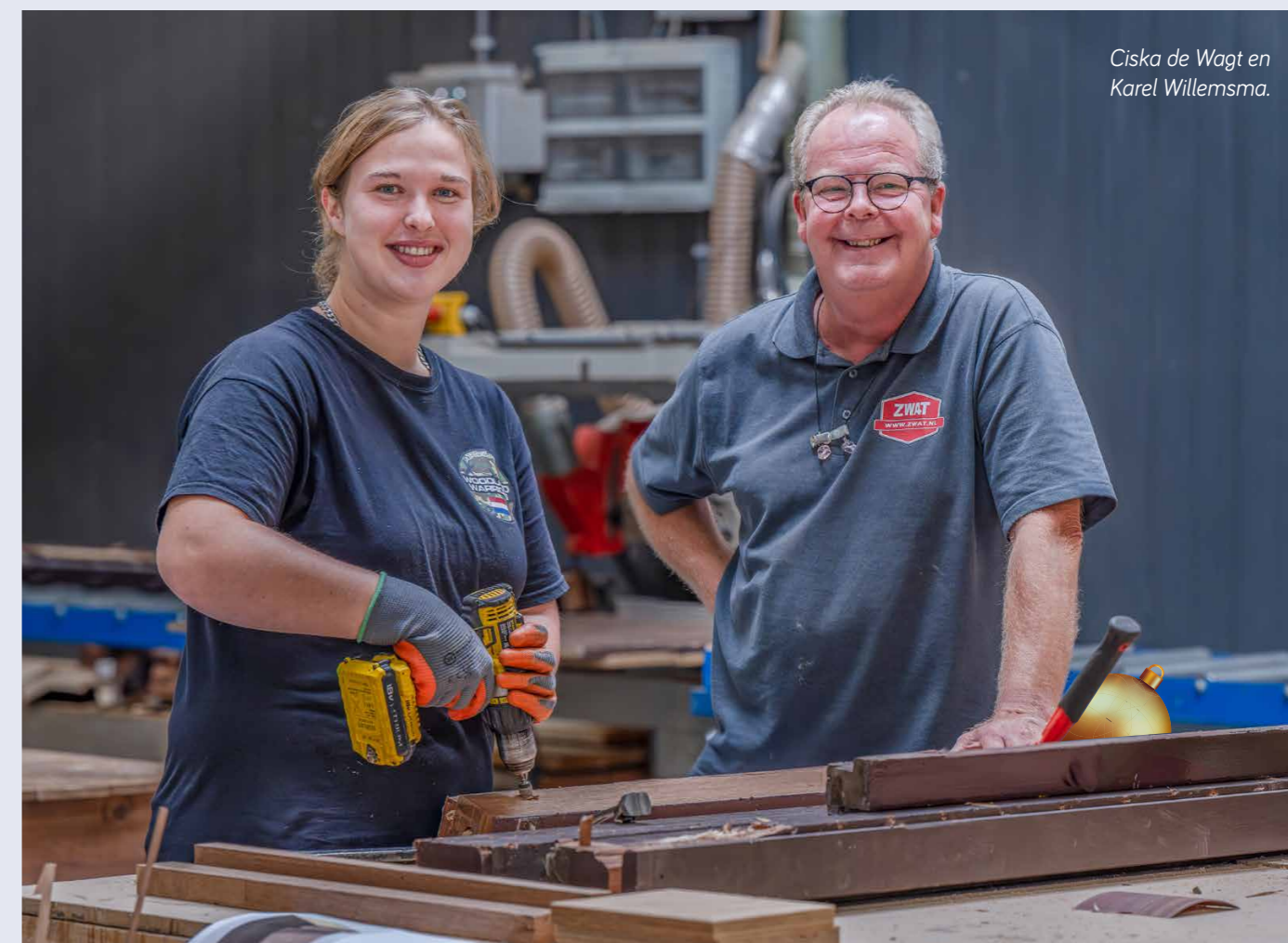
Leerzaam

Karel Willemsma is werkplaatsbegeleider bij ZWAT en enthousiast over het project. Hij ziet een tweeledig doel: inkomsten genereren en alle deelnemers betrekken in een project waar ze heel veel van kunnen leren. Daarnaast ondersteunt ZWAT het hergebruik van materialen.

Doelen halen

In een treintje worden de kozijnen die binnenkomen bij ZWAT verwerkt. Van het uithalen van spijkers en ander ijzer door naar de schaaft- en zaagmachine. Ciska: “Ik vind het leuk om lekker bezig te zijn, de kopse kanten eraf halen doe ik het liefst. Daar zit actie in. Die balken pak je op, leg je neer, je zaagt de kopse kant, draait hem en je gaat door naar de volgende.”

Het verwerken van de kozijnen is een prachtige aanleiding voor de deelnemers om te leren werken met



Ciska de Wagt en Karel Willemsma.

de zware, gevaarlijke machines om daar vervolgens examen in te mogen doen. Voor de deelnemers zit er van alles in: ze leren meten, ze leren hoe de machines ingesteld moeten worden en hoe het hardhouten materiaal bewerkt wordt. Ciska heeft al zes deelcertificaten behaald voor meubelmaker niveau 2 en is onderweg naar een volgende stap. Ze heeft zich heel goed ontwikkeld en zal doorgroeien naar een baan in het reguliere arbeidsproces. Dat is jammer voor ZWAT, zij moeten haar dan missen. “Maar dat is natuurlijk wel waar we het voor doen”, vertelt Karel trots.

In de regio

De oude kozijnen van Nij Smellinghe worden verwerkt tot hardhouten balken in standaardformaten. Binnenkort worden ze in nieuwbouwwoningen verwerkt door firma Lont.

“We kijken heel bewust of we projecten regionaal kunnen uitbesteden”, vertelt Bertil. “De samenwerking

met ZWAT geeft daarnaast ook nog een mooie invulling aan de maatschappelijke verantwoordelijkheid van Nij Smellinghe.”

In de komende jaren maken alle gevels van Nij Smellinghe plaats voor beter geïsoleerde kozijnen en ramen. Er wordt dus nog veel meer hardhout geogst binnen de unieke samenwerking van dit recyclingproject.

“De samenwerking met ZWAT geeft ook een mooie invulling aan de maatschappelijke verantwoordelijkheid van Nij Smellinghe.”

Complimentenwand



GEWELDIGE MAALTIJDEN

In de vele weken die ik in Nij Smellinghe heb doorgebracht waren de geweldige maaltijden altijd het lichtpuntje van de dag waar ik echt naar uit kon kijken!

Bedankt Toppers van de Keuken!

Een patiënt @Facebook

ALLE LOF



Alle lof voor Carla, Hillegonda en Theo van de schoonmaakdienst voor de schoonmaak van de gordijnen in de kamer van de klachtenfunctionaris.

Ik kan met een gerust hart weer mensen ontvangen in mijn kamer. Heel veel dank!

Antsje Boersma, klachtenfunctionaris

HEEL ERG BEDANKT



Graag wil ik via deze weg onze beveiligers een compliment geven. Heel erg bedankt, super dat jullie je werk zo goed doen en de fietsen in onze tijdelijke fietsstalling veilig houden!

Willem Jan Beumer, verpleegkundige neurologie A3

ALTIJD EVEN VRIENDELIJK

Sinds 2021 ben in zo'n 20 à 30 keer in Nij Smellinghe geweest, bij de Spoedeisende hulp, Cardiologie, Longgeneeskunde, Pijnbestrijding, KNO, Kaakchirurgie en Orthopedie, zowel poliklinisch als klinisch.

Het is me opgevallen dat alle betrokken medewerkers altijd even vriendelijk zijn.

Zelden zo'n prettig ziekenhuis meegemaakt.

Een patiënt @Zorgkaart Nederland



LIEVE ZORG

Ik ben zeer tevreden over de snelheid van de intake, de wachttijd was kort. De operatie die de arts en het team hebben uitgevoerd was zeer vakkundig! Ik kon meekijken en dat vond ik interessant. Ik kreeg uitleg over wat er gebeurde tijdens de operatie.

Ik ben ook zeer tevreden over de fysiotherapie en de zorg die daaromheen wordt aangeboden. Ik ben ook tevreden over de lieve zorg van verpleegkundigen en overig (medisch) personeel. In het ziekenhuis is een algehele prettige sfeer. Ik heb me erg op mijn gemak gevoeld.

Een patiënt @Zorgkaart Nederland

DAT VOELT SUPER!



Vorig jaar een operatie gehad in Nij Smellinghe. Sinds mijn eerste bezoek ben ik fan van jullie ziekenhuis! Jullie maken je belofte helemaal waar: met aandacht, dat voelt beter. Ik zou zelfs zeggen: dat voelt super!

Een patiënt @Facebook

ERG FIJNE ERVARING



Dokter Plein is een zeer kundige pijnspecialist en wil er alles aan doen om je te helpen. Super fijne luisterende geduldige arts. Hadden ze er daar maar meer van. Erg fijne ervaring mee.

Een patiënt @Zorgkaart Nederland



GEEN NUMMER

Onze zoon is twee jaar geleden prima geholpen nadat hij was binnengebracht met een sleutelbeenbreuk. Echt een TOP ziekenhuis waar je nog als mens wordt gezien en niet als nummer.

Ouder van een patiënt @Facebook

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.