

# Nieuwsbrief

## Voorwoord

Graag brengen wij u middels deze nieuwsbrief op de hoogte van belangrijke zaken die in onze huisartsenpraktijken spelen.

### In dit nummer

- 1 Voorwoord
- 1 Uw Zorg Online Smartconsult
- 2 5 minuten spreekuur
- 2 Telefoonsysteem
- 3 Hulp bij Uw Zorg Online
- 3 Landelijk Schakel Punt
- 4 Hoesten
- 5 Bloedprikken
- 5 Rijbewijskeuringen
- 5 E-consulten

## Uw Zorg Online smartconsult

Per februari 2024 wordt bij het digitaal plannen van een afspraak (via Uw Zorg Online) aan u gevraagd om voorbereidende vragen in te vullen over uw klacht of vraag. Ook als uw klacht al bekend is bij ons, vragen we u om deze voorbereidende vragen in te vullen.

Waarom vragen we u om dit te doen?

Zowel huisartsen als patiënten ervaren meer verdieping in het gesprek als de afspraak digitaal is voorbereid. De huisarts kan u beter helpen en heeft meer tijd voor het advies.

Ook zou het kunnen dat uw vraag digitaal beantwoord kan worden. Op basis van uw antwoorden adviseren wij welk type afspraak het best bij uw vraag past. Als uw vraag digitaal beantwoord kan worden, hoeft u niet naar de huisartsenpraktijk te komen. Wilt u toch liever een afspraak, dan kunt u die gewoon inplannen.

Stelt u uw vraag 's avonds of in het weekend? Houdt er dan rekening mee dat de huisarts uw vraag de volgende werkdag bekijkt.

---

*Als uw vraag digitaal beantwoord kan worden, hoeft u niet naar de huisartsenpraktijk te komen.*

---

## DigiDok SmartConsult

Waarom?

**Patiënt krijgt o.b.v. antwoorden een advies voor afspraak of e-consult.**

NIEUW!



9:41 < Afspraken

VRAGENLIJST BUIKPIJN  
**Waar zit de buikpijn?**

Kies maximaal 2 antwoorden

- (A) Rechtsboven (net onder de ribbenboog)
- (B) Boven in het midden (net onder de ribbenboog)
- (C) Linksboven (net onder de ribbenboog)

---

*Al enige tijd werken wij met het 5 minuten spreekuur. Dit is een afspraak op het korte spreekuur.*

---

## 5 minuten spreekuur

Al enige tijd werken wij met het 5 minuten spreekuur. Dit is een afspraak op het korte spreekuur. Dat betekent dat u snel en voor 1 klacht geholpen wordt. Er is dan geen tijd om andere klachten te bespreken. Dit spreekuur doen de huisarts en assistente samen, waarbij de assistente uw medische dossier invult. Dit spreekuur wordt afwisselend gedaan door de huisartsen van alle praktijken. Dit betekent dat u niet altijd uw eigen huisarts ziet.

De volgende klachten komen in aanmerking voor het 5-minutenspreekuur:

- Oogklachten (zoals een rood oog, geen visusklachten)
- Oorpijn
- Trauma bewegingsapparaat (bv. enkelverstuiking, een breuk)
- Keelpijn
- Hoesten/bovenste luchtweginfectie (niet bekend met COPD/astma)
- Huidplekjes (beoordelen)
- Insectenbeten
- Bijtwonden
- Vermoeden wondroos
- Ingegroeide teennagel (beoordelen)
- Brandwonden (niet acute)

## Telefoonsysteem

Uitleg over ons telefoonsysteem vindt u op onze website in de Flyer telefoonsysteem:

<https://www.gezondheidscentrumhoogland.nl/gezondheidscentrum/>

### Keuzemenu

1. Spoed	Voor een spoedgeval kiest u nummer 1. De spoedtelefoontjes komen altijd door en worden direct beantwoord.
7. English	Voor het menu in het Engels kiest u nummer 7. For English press number 7.
9. Collega's	Collega's die werkzaam zijn in de zorg kiezen nummer 9.
2. Herhaalrecepten	Voor een herhaalrecept kiest u nummer 2. U spreekt een bericht in met <ul style="list-style-type: none"><li>• uw naam</li><li>• uw geboortedatum</li><li>• en welke medicatie u nodig heeft</li></ul>
4. Assistentie	Voor het maken van een afspraak of vragen voor de assistente kiest u nummer 4. Hierna volgt nog een keuzemenu. <ol style="list-style-type: none"><li>1. Voor het afzeggen van een afspraak kiest u 1. U spreekt een voicemail bericht in met<ol style="list-style-type: none"><li>a. uw naam</li><li>b. uw geboortedatum</li><li>c. en welke afspraak u wilt afzeggen.</li></ol></li><li>2. Voor de assistente kiest u 2. Wanneer u geen terugbelafpraak wilt blijft u wachten aan de lijn. Voor een terugbelafpraak kiest u nummer 1. U hoort direct de tijd dat de assistente u terugbelt. Komt deze tijd u niet uit dan kiest u sterretje en zal de terugbelafpraak een half uur doorschuiven.</li></ol>

---

*Bij een terugbelafpraak belt de assistente terug op een specifiek tijdstip. Het voordeel is dat u in de tussentijd andere dingen kunt doen en niet hoeft te wachten aan de telefoon.*

---

## Hulp bij patiëntenportaal Uw Zorg Online

Elke woensdag tussen 11:00 uur en 12:00 uur is er een digitaal spreekuur. Dit spreekuur is er om u te helpen en te ondersteunen bij het gebruik van Uw Zorg Online (ons patiëntenportaal).

Het gaat om alle digitale vragen die niet medisch inhoudelijk zijn.

Hierbij kunt u denken aan:

- Het aanmaken van een account.
- Het inloggen.
- Het online maken van afspraken.
- Het aanvragen van medicatie.
- Het versturen van een e-consult, evt. met bijlage/foto.
- Het inzien van uitslagen zoals bijvoorbeeld de uitslag van bloedafname.
- Het inzien van het medische dossier.
- Het invoeren en versturen van zelfmetingen.

U kunt een afspraak maken op het digitale spreekuur bij één van onze medewerkers. Geef aan om welke digitale vraag het gaat, zodat er genoeg tijd ingepland wordt voor uw afspraak.

---

*Het digitale spreekuur is er om u te helpen en ondersteunen bij het gebruik van Uw Zorg Online.*

---



## Landelijk Schakel Punt (LSP)

Soms heeft een andere zorgverlener bepaalde medische gegevens van u nodig. Als u bijvoorbeeld naar de huisartsenpost gaat als uw eigen huisarts niet beschikbaar is. Of omdat u met spoed zorg nodig hebt. Maar ook als u bij een andere apotheek komt. Door toestemming te geven kunnen zorgverleners snel en veilig de belangrijkste gegevens digitaal opvragen.

Uw (huis)arts en apotheek delen bepaalde medische gegevens digitaal. Dit gebeurt altijd via beveiligde systemen. Hiervoor wordt het Landelijk Schakelpunt (LSP) gebruikt. Via [www.volgjezorg.nl](http://www.volgjezorg.nl) geeft u toestemming voor uitwisseling via het LSP. Ook kunt u hier zien welke medische gegevens worden uitgewisseld. Kijk voor meer informatie op onze [website](https://www.gezondheidscentrumhoogland.nl/toestemming/) <https://www.gezondheidscentrumhoogland.nl/toestemming/>

---

*Uw (huis)arts en apotheek delen bepaalde medische gegevens digitaal via beveiligde systemen. Hiervoor wordt het Landelijk Schakelpunt (LSP) gebruikt.*

---



volg je zorg

## Hoesten

Er zijn momenteel veel mensen die contact met ons opnemen vanwege klachten van hoesten. In deze periode van het jaar zijn er veel luchtwegvirussen, die onder meer hoestklachten kunnen geven. Hoesten is een natuurlijke manier om de luchtpijp, keel en longen schoon te maken. Door te hoesten haalt u daar slijm, stof en vuil weg. Hoesten gaat meestal vanzelf over binnen 6 weken en daar is geen specifieke behandeling voor (nodig). Een hoestdrank of hoesttabletten helpen niet tegen het hoesten.

Wanneer neemt u contact op met de huisarts?

Spoed: Bel direct uw huisarts of de huisartsenpost bij een of meer van deze klachten:

- u hoest bloed op
- u ademt snel of moeilijk als u rustig zit of ligt
- u maakt een piepend geluid bij het ademen
- u heeft koorts en raakt in de war of suf (slaperig)

Neem contact op met de huisartsenpraktijk op werkdagen als u hoest en 1 of meer van deze punten voor u klopt:

- u heeft pijn in de borstkas
- u heeft langer dan 3 dagen koorts (38 graden of hoger, meet de temperatuur via de anus)
- u heeft koorts gehad, daarna een paar dagen geen koorts gehad, en krijgt dan weer koorts
- u bent ouder dan 70 jaar
- u heeft minder weerstand door een ziekte of medicijnen (bijvoorbeeld prednison of chemotherapie)
- u hoest langer dan 6 weken
- u heeft vaker periodes waarin u veel hoest (zeker als u rookt)

Wat kunt u zelf doen tegen hoesten?

U kunt een aantal dingen doen om minder te hoesten:

- Zorg voor schone lucht. Zet ventilatie-roosters of een raam open. Laat niemand binnen roken. Als je rookt: stop met roken.
- Drink vaak iets. Drink bijvoorbeeld water of thee. Neem steeds iets te drinken mee. Door vaak een slokje te drinken, hoef je minder te hoesten.
- Schraap je keel niet. Dit zorgt voor wondjes in je keel en daardoor ga je weer hoesten.
- Zuig af en toe op een snoepje of kauw op kauwgom. Je maakt dan meer speeksel. Dit zorgt voor minder prikkel om te hoesten.
- Neem af en toe honing. Laat een lepel honing smelten in je mond en slik het door. Of neem thee met honing. Dit kun je ook doen voor je gaat slapen. Na de honing kun je gewoon je tanden poetsen.

---

*Hoesten is een natuurlijke manier om de luchtpijp, keel en longen schoon te maken.*

---

## Rijbewijskeuringen

De huisartsen in ons gezondheidscentrum voeren geen rijbewijskeuringen uit. Wij verwijzen u hiervoor door naar [www.rijbewijskeuringsarts.nl](http://www.rijbewijskeuringsarts.nl) of naar Beweging 3.0 <https://www.leef3.nu/dienst/rijbewijskeuring/> (leden krijgen korting).

---

*De huisartsen in ons  
gezondheidscentrum  
voeren geen  
rijbewijskeuringen uit.*

---

## Bloedprikken

Het komt regelmatig voor dat mensen zich bij de huisarts/assistente melden voor het bloedprikken. Dit gebeurt niet meer bij de huisarts.

Voor **bloedprikken** kunt u zich melden bij **Apotheek Hoogland**. Dit is op de begane grond. U loopt Apotheek Hoogland in en neemt daar plaats op één van de stoelen. U wordt opgeroepen door een medewerker van het Meander MC.

Een afspraak maken voor het bloedprikken gaat via het Meander Medisch Centrum.

---

*Voor bloedprikken kunt  
u zich melden bij  
Apotheek Hoogland.*

---

## Beantwoorden e-consulten

Alle e-consulten die binnen komen worden gescreend door de assistente. Het is dus mogelijk dat uw e-consult beantwoord wordt door de assistente i.p.v. door de huisarts.

---

*Het is mogelijk dat uw  
e-consult beantwoord  
wordt door de  
assistente i.p.v. door de  
huisarts.*

---