



Inhoud

3

Fietsen houdt me op de been Gosse Hartholt vertelt over zijn fietstochten

5

DCG op ziekenhuischeck.nl

6

Nierteam aan huis
Legt de impact van nierfalen uit aan familie en vrienden

8

Inspiratieverhaal
Maurice is mantelzorger voor zijn broer met nierfalen

11

Nieuws over bijeenkomsten patiënten

12

Uw ervaring telt!
Vertel ons hoe u zich voelt



Fietsen houdt me op de been

Gosse Hartholt vertelt over zijn fietstochten

Voor Gosse Hartholt uit Groningen is fietsen meer dan een hobby. Al sinds zijn jonge jaren trekt hij er dagelijks op uit. Vroeger op een normale fiets maar sinds een aantal jaren op een elektrische fiets. Soms legde hij wel 11.000 tot 12.000 kilometer per jaar af. Als je elke dag van het jaar fiets, betekent dit minimaal 30 kilometer per dag! Zelfs sinds hij in 2023 startte met dialyse, blijft Gosse zoveel mogelijk in het zadel. 'Door het fietsen voel ik me fit, ook na de dialyse. Het hoort gewoon bij mij,' vertelt hij.

Inhaalslag

Ondanks ziekenhuisopnames wist Gosse in 2023 nog ruim 6.000 kilometer te fietsen. In 2024 kwam hij uit op vrijwel hetzelfde aantal. Dit jaar maakt hij een inhaalslag: met nieuwe elektrische fietsen en betere accu's zit hij in augustus al ruim boven de 7.000 kilometer. 'En', zegt hij: 'Het jaar is nog lang niet voorbij, dus ik fiets vrolijk door.' Lange ritten van 50 tot 60 kilometer zijn geen uitzondering. Gosse: 'Voorheen had ik wel drie accu's bij me. Eén in de fiets en in beide fietstassen, zodat ik onderweg kon wisselen. Dat is gelukkig nu verleden tijd. De accu's worden steeds beter en hierdoor kan ik gemakkelijker langere afstanden afleggen. Wel heeft hij een reservefiets. 'Als de ene stuk is kan ik nog door op mijn andere fiets', zegt Gosse.

Zonder plan op pad

Gosse stapt altijd zonder vast plan op de fiets. De route laat hij afhangen van het weer en de wind. Navigatie op een mobiele telefoon of een fietskaart gebruikt hij nooit. Soms komt hij in Delfzijl of Leeuwarden, een andere keer in Roden of Oostmahorn.

Gosse noemt zichzelf een mooiweerrijder: bij harde wind of regen blijft de fiets vaker binnen. Dat heeft niet alleen invloed op zijn kilometers, maar ook op zijn humeur. 'Je wordt chagrijnig als je niet kunt fietsen,' merkt verpleegkundige Evelien tijdens het interview met een knipoog op. En dat klopt, geeft Gosse eerlijk toe. 'In het voorjaar was het zo nat dat ik soms dagenlang niet kon fietsen. Daar word ik niet vrolijk van. Ik moet gewoon naar buiten.'

Onderweg maakt hij graag een tussenstop, bijvoorbeeld bij een museum of voor een kop soep. Dankzij zijn museumkaart combineert hij zijn tochten vaak met een cultureel uitstapje. 'Ik weet 's ochtends niet waar ik heen ga, maar 's avonds is het altijd weer een verrassing waar ik ben geweest.'

De kleine dingen onderweg

Tijdens zijn ritten beleeft Gosse altijd wel iets bijzonders. Een reekalf dat hij zag in de berm, of een schildpad die hij veilig liet oversteken. Soms verdwaalt hij wel eens onderweg, maar altijd vindt hij de weg terug. 'Hoe gekker, hoe mooier,' zegt hij lachend.

Een van die verrassingen beleefde hij onlangs in het Biessumerbos. Hij sloeg per ongeluk een pad te vroeg af en belandde midden in de rimboe. Even dacht hij: hoe kom ik hier weer uit? Maar zoals altijd leidde een bord of wegwijzer hem terug naar de bewoonde wereld. 'Dat maakt het fietsen juist leuk. Het onverwachte, dat je even niet weet waar je bent. Uiteindelijk vind je altijd de weg terug.'

De camera als motivatie

Naast zijn notitieboekje, waar hij alle kilometers en wat hij heeft gedaan die dag inschrijft, neemt Gosse ook altijd een fototoestel mee. Onderweg legt hij bijzondere plekken en momenten vast. De foto's slaat hij zorgvuldig op en soms stuurt hij ze door naar lokale media. Zo zijn er vorig jaar nog

een aantal foto's getoond in het programma KIEK van RTV Noord. Het fotograferen geeft hem extra motivatie om eropuit te gaan. 'Ik neem altijd mijn camera mee, zo blijf ik nieuwsgierig naar wat ik tegenkom. Het is leuk om later terug te zien waar ik allemaal geweest ben.'

Fietsen en gezondheid

Het fietsen helpt Gosse enorm bij het omgaan met dialyse. Hij merkt weinig van vermoeidheid en voelt zich fit dankzij de beweging. Ook houdt hij zijn activiteiten nauwkeurig bij: het aantal kilometers, de temperatuur onderweg, maar ook zijn dialyses en zelfs de taxiriten naar het centrum. 'Alles loopt vlekkeloos in elkaar over: fietsen en dialyse. Juist het bewegen maakt dat ik dit goed volhoud.'

Vooruit kijken

De winter vindt Gosse lastig, omdat hij dan minder vaak de fiets kan pakken. Toch blijft hij vol plannen en energie. 'Ik hoop nog lang te mogen fietsen. Zo veel mogelijk bewegen, dat is goed voor de conditie en de weerstand. En het geeft mij plezier, elke dag weer en ik kan het iedereen aanraden!'



DCG op ziekenhuischeck.nl

Vanaf nu is DCG te vinden op ziekenhuischeck.nl. Een vergelijkingswebsite voor kwaliteitscijfers en wachttijden van ziekenhuizen. DCG is het eerste dialysecentrum dat is toegevoegd aan Ziekenhuischeck. Op onze pagina's vindt u ons cijfer vanuit het patiënttevredenheidsonderzoek en meer informatie over DCG.



Geen wachttijden bij DCG

Een belangrijk onderdeel op Ziekenhuischeck zijn de wachttijden van de verschillende ziekenhuizen. Hierin heeft DCG een unieke positie. Wij hebben namelijk geen wachttijden. Patiënten kunnen wanneer zij dialyse nodig hebben altijd snel bij ons terecht. En indien nodig nemen wij ook patiënten over van andere centra om te zorgen dat iedereen zo snel mogelijk gedialyseerd kunnen worden. Zo sluiten wij aan op het leven van alle patiënten.

Meer weten

Wilt u meer weten? Kijk dan eens op de pagina van DCG op ziekenhuischeck.nl



Duurzaam DCG: doet u mee?

Bij DCG vinden we het belangrijk om goed te zorgen voor de aarde. Dat noemen we duurzaamheid. Wij proberen de dialyse zo duurzaam mogelijk te maken. Maar ook de zorg rondom de dialyse willen we zo duurzaam mogelijk inrichten.

- We hebben weinig voedingsproducten op voorraad, we bestellen wekelijks een afgepaste hoeveelheid. Zo voorkomen we verspilling.

De nieuwsbrief

We proberen ook minder papier te gebruiken. Deze nieuwsbrief is een goed voorbeeld. We printen hem zodat u hem makkelijk kunt lezen. Maar het zou fijn zijn als we minder nieuwsbrieven hoeven te printen.

Wilt u de nieuwsbrief liever via de mail ontvangen? Dat kan! Stuur dan een e-mail naar communicatie@dcg.nl en dan mailen we u de volgende nieuwsbrief. Zo krijgt u hem niet meer op papier.

Kijkje in de keuken

We nemen een kijkje in de voedingskeuken. Daar worden al een aantal dingen gedaan om onze voeding duurzamer te maken:

- We hebben we een restjesdag. Op deze dag kunnen patiënten kiezen uit verschillende verstrekkingen die zijn overgebleven van de afgelopen week.
- We maken we tosti's van oud brood in plaats van kant en klare tosti's te bestellen.

Nierteam aan huis

Het is niet altijd even makkelijk om de impact van nierfalen uit te leggen aan familie en vrienden. Er komt veel bij kijken. Soms kan het helpen wanneer zorgprofessionals dit voor een patiënt uitleggen. Hierbij kan het 'Nierteam aan huis' helpen. Lars Salomons, dialysepatiënt bij DCG, heeft het Nierteam uitgenodigd om zijn familie een voorlichting te geven. 'Het was enorm waardevol', vertelt hij, 'daarom doe ik graag mijn verhaal, zodat andere mensen ook weten van het Nierteam hen kan betekenen'.

'De aanleiding voor de voorlichting van het Nierteam was mijn dochter', begint Lars zijn verhaal. 'Zij wilde mij graag een nier geven, maar wist niet zo goed wat dat hele proces inhoudt. Ik werd gewezen op de mogelijkheid om het Nierteam aan huis uit te nodigen voor een presentatie. Dat heeft niet alleen haar, maar mijn familie heel veel duidelijkheid gegeven. Niet alleen over transplantatie, maar ook over nierfalen en dialyse. Met name ook de impact daarvan op mij als patiënt.'

Het Nierteam komt altijd langs met twee mensen. 'Zij geven een uitgebreide voorlichting waar je wilt. In mijn geval was dit thuis, maar het kan bijvoorbeeld ook op je werk. Je mag uitnodigen wie je wilt, familie, vrienden of collega's. Na de presentatie was er uitgebreid tijd voor alle vragen.' Een nierziekte en ook zeker dialyse heeft grote impact op het leven van een patiënt. 'En op alle mensen om je heen', benadrukt Lars. 'Ook daar

ging het Nierteam uitgebreid op in. Dat mensen een beeld krijgen van de impact schept veel duidelijkheid. Het geeft inzicht in waarom je bepaalde dingen soms niet kunt, of waarom je soms eerder weg moet van je werk. Dat kweekt weer begrip voor mijn situatie, wat heel fijn is.'

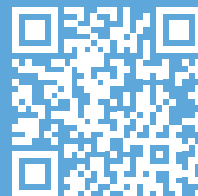
Op weg naar transplantatie

Op dit moment dialyseert Lars drie keer per week. 'Dit heeft behoorlijke impact. Ik moet drie keer per week, zo'n vier uur dialyseren. Dat houdt in dat ik soms eerder weg moet van mijn werk of bepaalde dingen niet kan doen omdat ik moet dialyseren. Voor mij is de oplossing een niertransplantatie. Op dit moment ben ik op zoek naar een donor. Wat trouwens heel mooi is, is dat je potentiële donoren ook kan uitnodigen voor een voorlichting van het Nierteam. Daarmee kun je veel van hun vragen beantwoorden. Bovendien krijgen ze een beter beeld van een donatie voor een patiënt betekent.'

Meer weten?

Wilt u meer weten over het Nierteam aan huis? Of wilt u ze uitnodigen voor een voorlichting? Kijk eens op de website nierteamaanhuis.nl of vraag het aan uw medisch maatschappelijk werker van DCG. Zij geven ook voorlichting vanuit het Nierteam en helpen u graag verder!

Scan de QR-code voor de website.



Mantelzorger, bedankt!

Wat is mantelzorg?

Mantelzorg is hulp die u krijgt van iemand die dichtbij u staat. Bijvoorbeeld uw partner, kind, buur of vriend. Deze persoon helpt u omdat u ziek bent of een beperking heeft. De hulp is langdurig, onbetaald en komt vaak voort uit liefde of verbondenheid. Een mantelzorger kan u bijvoorbeeld helpen met:

- Meegaan naar het ziekenhuis of de dialyse
- Koken of schoonmaken
- Administratie of post
- Een rustig gesprek en steun

Mantelzorgers zijn heel belangrijk voor dialysepatiënten. Gemeenten bedanken mantelzorgers elk jaar met de mantelzorgwaardering. Dit wordt ook wel het mantelzorgcompliment genoemd.

Wilt u uw mantelzorger verrassen? Mail dan uw naam en de naam van uw mantelzorger voor 3 november naar communicatie@dcg.nl. Wij zorgen voor een cadeautje op de dag van de mantelzorger op 10 november.

Wat is mantelzorgwaardering?

De waardering is een dankjewel van de gemeente. Dit kan op verschillende manieren:

- Een geldbedrag
- Een cadeau
- Een leuke dag of activiteit
- Praktische hulp of een cursus

Hoe vraagt u mantelzorgwaardering aan?

U vraagt de waardering aan bij de gemeente waarin de dialysepatiënt woont. Elke gemeente heeft eigen regels. Vraag daarom informatie bij:

- Het Wmo- of mantelzorgsteunpunt van uw gemeente
- De website www.mantelzorg.nl (MantelzorgNL)

Tot slot

Krijgt u mantelzorg? Vertel uw mantelzorger dan over deze waardering. Het is een mooi bedankje! Bent u mantelzorger? Laat u in het zonnetje zetten, u hebt het verdiend! Heeft u hulp nodig bij het aanvragen? De medisch maatschappelijk werker van uw dialyseafdeling helpt u graag.

Nooit een seconde getwijfeld

Maurice is mantelzorger voor zijn broer

In 2018 kreeg Robert, de broer van Maurice, acuut nierfalen. Na een week in het ziekenhuis werd het al snel duidelijk dat de nieren niet meer zouden gaan werken. Er was maar één oplossing: nierdialyse. Een behandeling die het leven van beide broers compleet veranderde. Voor Robert als patiënt en voor Maurice als mantelzorger. Een taak die hij vanaf het begin met veel liefde oppakte.

'Het is acht jaar geleden, maar ik herinner het me als de dag van gisteren', begint Maurice zijn verhaal. 'Robert had klachten van vocht in de benen en voeten en een sterk verminderde eetlust. Hij wilde het eerst aanzien en niet direct naar de huisarts of het ziekenhuis. Hij heeft namelijk autisme en een huisarts- of ziekenhuisbezoek is een enorm ding voor hem', legt hij uit. 'Uiteindelijk hadden we geen keus meer. Hij bleek nierfalen te hebben. Het begin van een intensieve en hele heftige periode voor ons.'

Na een week op de IC in UMCG kon Robert naar DCG. 'Het was voor hem ongelooflijk moeilijk om te kunnen omgaan met alles wat er gebeurde'. De prikkels, veel nieuwe gezichten, het lawaai om je heen. Het was voor hem een moeilijke tijd. Wat heel fijn was is dat we bij DCG op het Brugstation begonnen en daar heel goed werden begeleid. Verpleegkundigen legden alles rustig uit en hadden alle ruimte om ons alle stappen te

vertellen.' Na het Brugstation ging Robert naar de dialysezaal. 'Dat was voor hem heel erg lastig. De tijdsdruk, veel indrukken, vreemde gezichten en constante prikkels. Toen begon een dialyse-verpleegkundige over thuisdialyse.'

Samen naar huis

'Thuis dialyseren was voor ons de perfecte oplossing. Ik ondersteunde Robert toch al met de dialyse op het centrum. Dat kon ik thuis ook wel gaan doen bedacht ik me meteen. Ik rolde dus eigenlijk automatisch in de rol van mantelzorger, maar ik heb nooit een seconde getwijfeld. Ik dacht meteen: natuurlijk doe ik dat voor mijn broer!'

Nadat de broers samen de opleiding voor thuisdialyse hadden doorlopen, startten ze thuis. 'Die eerste dialyses thuis waren best spannend, maar nu doen we het al jaren en loopt het heel soepel. Wij vinden het niet moeilijk om zelf te doen en voor Robert is het veel beter, veel rustiger thuis en minder tijdsdruk. Hij bouwt zelf de machine op, dan sluit ik hem aan en af. Als hij klaar is dan ruimt hij zelf alles weer op.'

Ruimte van mijn werkgever

Hoewel Maurice zijn broer met liefde ondersteunt, kost het wel veel tijd. 'Robert dialyseert 3 keer per week 4 uur. Dat vraagt wel veel tijd van mijn kant en ik kan het ook alleen zo doen omdat mijn werk flexibel in te delen is.

Ik werk 36 uur, maar krijg alle ruimte van mijn werkgever om te ondersteunen met de dialyse.'

Die ruimte bestaat deels uit mantelzorgverlof maar voornamelijk uit de flexibiliteit die de werkgever biedt. 'Tijdens de dialyse ben ik gewoon aan het werk, alleen dan vanuit huis. Mijn productiviteit op het werk leidt ook helemaal niet onder mijn mantelzorgtaken. Het is met een kantoorbaan heel goed te combineren. Maar de steun en ruimte van mijn werkgever is wel belangrijk voor mij om goed mantelzorger te kunnen zijn.'

Meer dan alleen dialyse

Maurice helpt zijn broer drie dagen in de week met de dialyse, maar daar houden zijn mantelzorgtaken niet op. 'Eigenlijk bemiddel ik tussen DCG en mijn broer. Ik ondersteun hem met de communicatie bij alles wat er wordt besproken met de afdelingen thuishemodialyse, magazijn en technische dienst. Dat kost soms best wel wat tijd. Laatst bijvoorbeeld kreeg hij een nieuwe katheter. Dan moeten we stap voor stap uitleggen wat er gaat gebeuren. Ondanks dat is en blijft het een hele opgave voor hem. Op de dag van de katheterwissel ben ik als mantelzorger de gehele dag er ook mee bezig'

Door de mantelzorg en de dialyses zijn vakanties ook anders geworden. 'Door de dialyses zijn ik en mijn broer genoodzaakt thuis te blijven aangezien de dialysemachine-installatie en alle spullen die daarvoor nodig zijn ook thuis staan.

In een ander dialysecentrum in Nederland of in het buitenland dialyseren, is vanwege de prikkels en spanningen die dat voor hem zal mee brengen geen optie. Ik neem wel vrij hoor', lacht Maurice', maar dan doe ik gewoon dingen in de buurt. Ik heb me er bij neergelegd en alles went.

Voor mij is de gezondheid van Robert en dat hij zich gewoon goed voelt, veel belangrijker! We kijken beide positief naar het leven en houden de humor er in. Die instelling moet je wel hebben om het vol te kunnen houden, maar dat komt bij ons wel goed. We zijn een goed team en hebben een mooi ritme samen.'



Een reep in plaats van drinkvoeding

Veel mensen die dialyse krijgen, hebben extra voeding nodig. Dit is belangrijk om genoeg eiwitten en energie binnen te krijgen. Meestal krijgen patiënten hiervoor drinkvoeding. In deze drinkvoeding zit ook vocht. Dat is lastig als u minder mag drinken.

DCG heeft meegewerkt aan een nieuw product: een voedingsreep. Deze reep bevat net zoveel voedingsstoffen als een flesje drinkvoeding. De reep heet K-Core en is nu verkrijgbaar.

Wat is de K-Core reep?

De K-Core reep is klein en heeft de smaak cheesecake. De reep geeft u extra eiwit en energie, zonder dat u hoeft te drinken. Er is goed gelet op de hoeveelheid natrium, kalium en fosfaat, zodat de reep geschikt is voor mensen die dialyse krijgen.

Vergoeding

Er is een aanvraag gedaan bij de zorgverzekeraars om de reep te vergoeden. Waarschijnlijk kunt u de reep over een paar maanden thuis gebruiken. U heeft dan een recept van uw diëtist nodig.

Hoe doen we dit bij DCG?

Binnenkort kunt u de reep bij ons uitproberen tijdens de dialyse. Zo kunt u zelf merken of u de reep lekker en handig vindt. Als u in de toekomst medische voeding nodig heeft, of als u liever een reep wilt dan drinkvoeding, dan weet u alvast hoe de reep is.

Wij horen graag wat u ervan vindt!



Nieuwe stagiairs

Wij zijn Renée en Colet en lopen nu stage bij DCG! Wij zijn vierdejaars voeding en diëtetiek studenten en zullen een half jaar stagelopen bij de diëtisten. In dit halfjaar gaan wij onderzoek doen naar de eiwitrijke verstrekkingen tijdens de dialyse. Dit willen wij graag verbeteren en houden hierbij ook rekening met de mening van patiënten. Daarom kan het zijn dat wij u binnenkort vragen om mee te doen aan ons onderzoek.

Hebt u vragen, opmerkingen of andere informatie die u graag met ons zou willen delen, dan horen wij dit graag!

Wij zijn te bereiken via r.scheer@dcg.nl of c.derijber@dcg.nl.



Nieuwe test met BIA-meter

De afdeling Diëtetiek wil al langer beter kunnen meten hoe het lichaam van patiënten is opgebouwd. Zo kunnen we beter zien hoe het gaat met hun voeding en vocht. Binnenkort gaan we een nieuw apparaat testen: de BIA-meter. Dit apparaat meet de lichaamssamenstelling met een klein elektrisch signaal. We mogen deze meter tijdelijk lenen van het UMCG.

We beginnen op een eenvoudige manier en met een kleine groep patiënten. Sommige patiënten zullen we binnenkort vragen om mee te doen aan deze test. Daarom willen we dit alvast delen in de nieuwsbrief. Zo hebben patiënten er al iets over gelezen als we het vragen.

Nieuws over bijeenkomsten voor patiënten

Kort geleden de Nederlandse Vereniging voor Nierpatiënten (NVN), met onze hulp, patiënten met nierfalen en dialysepatiënten gevraagd wat zij vinden van bijeenkomsten. Ook wilden we graag weten wat u dan zou willen horen op een bijeenkomst. En of u ook zin heeft in leuke uitjes. Zoals bijvoorbeeld wandelen of een kookworkshop.

Veel mensen willen meedoen

Meer dan 800 mensen hebben de vragenlijst ingevuld. Dat waren dialysepatiënten en patiënten met beginnende nierpatiënten. Dat is heel veel! En wat blijkt? Bijna de helft van de mensen wil graag naar een bijeenkomst komen.

Patiënten geven aan het liefst 's middags of 's avonds doordeweeks te komen. De meeste mensen vinden het niet erg om een half uur tot een uur te reizen. Patiënten willen graag luisteren naar dokters en

andere zorgmedewerkers. Maar ze vinden het ook leuk om met elkaar te praten over hun ervaringen.

Populaire onderwerpen

De onderwerpen voeding, medicijnen en bewegen zijn heel populair. Maar ook over dialyse en transplantatie willen mensen meer weten. Sommige mensen willen ook graag iets leuks doen, zoals samen wandelen of koken. Vooral dialysepatiënten en mensen die een niertransplantatie hebben gehad, vinden dit een goed idee.

Hoe nu verder

Wij gaan, samen met NVN, UMCG en Martini ziekenhuis, kijken of we vaker bijeenkomsten kunnen organiseren. Zo kunnen patiënten elkaar ontmoeten, informatie krijgen en ervaringen uitwisselen. Wij houden u via onze nieuwsbrief op de hoogte van komende bijeenkomsten.

Uw ervaring telt

Vertel ons hoe u zich voelt

Bij DCG vinden we het belangrijk om te weten hoe het écht met u gaat. Niet alleen uw bloedwaarden zijn belangrijk, maar ook hoe u zich voelt in het dagelijks leven. Wij gebruiken een speciale vragenlijst waarmee u ons dit kunt vertellen: de Nefro-PROMs. We spraken hierover met nefroloog Margriet Hazenberg.

Wat zijn de Nefro-PROMs?

‘De Nefro-PROMs is een vragenlijst voor mensen met nierproblemen,’ legt Margriet uit. ‘Wij gebruiken de vragenlijst al een paar jaar. Het gaat hierbij niet om cijfers, maar om uw ervaring. Soms zegt iemand dat het goed gaat. Maar in de vragenlijst komt dan iets naar voren wat niet zo goed gaat. Bijvoorbeeld dat u moe bent, of veel jeuk heeft. Daar kunnen we het dan samen over hebben.’

‘Wij gebruiken uw antwoorden om de zorg beter bij u te laten passen.’

‘Vroeger werden de antwoorden soms op zaal besproken. Dat gebeurt nu altijd op de poli met de dokter of de verpleegkundig specialist. Zo is er meer rust en privacy,’ zegt Margriet. ‘U kunt vrij praten zonder dat anderen meeluisteren.’

De lijst is makkelijk door u zelf in te vullen. Zo kunt u makkelijk aangeven:

- Hoe u zich voelt
- Waar u last van heeft
- Wat u belangrijk vindt in uw behandeling

Hoe werkt het?

U krijgt de vragenlijst drie weken voor uw poli-afspraak. Bij de lijst zit een persoonlijke code. Zo blijven uw antwoorden privé. U kunt de vragenlijst invullen:

- Thuis op uw computer of telefoon
- Bij DCG op een tablet

Na het invullen ziet u meteen hoe het gaat:

- Groen: dat gaat goed
- Oranje of rood: misschien is er iets aan de hand

‘Het maakt duidelijk waar we met u over kunnen praten,’ zegt Margriet. ‘Als iemand bijvoorbeeld veel jeuk invult, dan kunnen we dat meteen bespreken.’

Is het verplicht?

Margriet: ‘Nee, het is niet verplicht. Maar we hopen dat u het wel doet. Het helpt om beter voorbereid te zijn op uw afspraak. En het maakt het makkelijker om ook moeilijke onderwerpen te bespreken.’

Neem iemand mee

Wij raden u aan om iemand mee te nemen naar uw afspraak. Sterker nog, dat vind ik altijd erg fijn’, benadrukt Margriet. ‘Bijvoorbeeld uw partner, een familielid of een vriend. Die persoon kan u steunen en helpen onthouden wat er gezegd wordt. Zij zien vaak ook wat thuis moeilijk is. Dat helpt ons om u beter te begrijpen.’

Wat doen we met uw antwoorden?

‘Alleen u en het behandelteam zien uw antwoorden. Ze worden veilig opgeslagen in uw dossier. We gaan er zorgvuldig mee om. De vragenlijst is een hulpmiddel. Maar u mag altijd vertellen hoe u zich voelt. Uw ervaring telt. Samen zorgen we ervoor dat de behandeling past bij uw leven.’



Zelfde kwaliteit – ander keurmerk

Al heel lang heeft DCG een speciaal bewijs van kwaliteit: het HKZ-dialyse keurmerk. Elk jaar werd gecontroleerd of we het goed deden. Dat gaat veranderen. Het HKZ-dialyse keurmerk is straks alleen nog voor dialyse-afdelingen in ziekenhuizen. Het is dan niet meer voor zelfstandige dialysecentra zoals DCG.

Ons nieuw keurmerk

Wij moesten dus op zoek naar een nieuw keurmerk en een ander bedrijf om ons te controleren. We hebben gekozen voor het bedrijf CIOO. Ons nieuwe keurmerk heet ‘CIOO Maatstaf’, een ISO9001 norm. We denken dat CIOO goed bij DCG past. Zij zijn:

- Persoonlijk
- Denken met ons mee
- Makkelijk om mee te praten

Wat is er al gebeurd?

Om ons HKZ-bewijs te ruilen voor het CIOO-bewijs, moest er een ‘overstap-onderzoek’ zijn. Dit onderzoek was op donderdag 25 september in Groningen. We zijn heel blij te kunnen vertellen dat de CIOO een hele goede indruk had van DCG. We zijn dus goed bezig.

Wat gaat er nog gebeuren?

De echte controle door CIOO is op donderdag 4 december. In de ochtend bezoeken twee controleurs twee van onze locaties (Assen, Stadskanaal, Scheemda) en in de middag bezoeken allebei de controleurs de hoofdlocatie in Groningen. Als alles goed gaat (en dat verwachten we wel), dan krijgen we eind dit jaar het CIOO-certificaat. Dan hebben we een nieuw bewijs dat onze zorg van goede kwaliteit is.

Puzzel

Winnaar vorige nieuwsbrief puzzel

De winnaar van de vorige nieuwsbrief puzzel is geworden mevrouw Louwes. Gefeliciteerd met uw gewonnen prijs!

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

BEUKENNOOTJE	HERFST
BINNEN	KAAL
BLAADJES	KASTANJES
BOEK	KOUD
BOOM	LAARZEN
BOS	PADDENSTOEL
BRUIN	REGEN
EGEL	REGENJAS
EIKELTJES	STRUIK
GEEL	THEE
GUUR	VOGELS
HAARDVUUR	WORM

Lever uw antwoord samen met uw voor- en achternaam in via de mail naar:
communicatie@dcg.nl of op papier bij de dialyseassistent of dialyseverpleegkundige.
Dit kan tot 10 november 2025. U maakt kans op een leuke prijs.

Ingrediënten voor 2 personen:

- ▶ 250 gekookte aardappelschijfjes (eventueel uit koelvak)
- ▶ 1 aubergine
- ▶ Peper
- ▶ Olijfolie

Voor de gehaktsaus

- ▶ 150 g rundergehakt
- ▶ 150 g tomatenblokjes
- ▶ 1 eetlepel tomatenpuree
- ▶ ½ ui
- ▶ 1 teen knoflook
- ▶ 1 theelepel kaneel
- ▶ 1 theelepel oregano

Voor de bechamelsaus

- ▶ 150 ml melk
- ▶ 15 g boter
- ▶ 15 g bloem
- ▶ 1 laurierblad
- ▶ 25 g geraspte kaas
- ▶ 1 ei, los geklopt
- ▶ Nootmuskaat (evt. vers geraspt)
- ▶ eventueel peterselie als garnering

Per portie:

610 kcal – 29 g eiwit - 0,95 g zout – 1600 mg fosfaat – 50 g koolhydraten

Recept van de maand Moussaka

Bereiden

1. Snijd de aubergine in de lengte in dunne plakken van ongeveer een halve centimeter.
2. Bestrijk de aubergine met een beetje olijfolie en bestrooi naar smaak met peper.
3. Verhit een grillpan of koekenpan en bak hierin de aubergine bruin.
4. Snijd ondertussen de ui en knoflook fijn.
5. Verhit 1 eetlepel olijfolie in een koekenpan en bak hierin de ui en de knoflook.
6. Voeg het gehakt toe en bak dit rul.
7. Voeg de oregano, kaneel, tomatenblokjes en tomatenpuree toe en laat het geheel 20 minuten op laag vuur pruttelen.
8. Verwarm de oven voor op 180 graden.
9. Verhit voor de bechamelsaus de boter in een steelpannetje. Voeg de bloem toe en bak de roux 3 minuten. Giet dan in één keer de koude melk erbij. Blijf roeren met een garde tot een gladde saus.
10. Voeg het blaadje laurier toe aan de saus en laat een paar minuten zachtjes pruttelen en breng op smaak met nootmuskaat en peper.
11. Laat de saus een paar minuten afkoelen, verwijder het laurierblaadje en klop dan ook het ei door de saus.
12. Vet de ovenschaal in met een beetje olijfolie.
13. Verdeel ongeveer de helft van de gegrilde aubergine over de bodem van de ovenschaal en verdeel hier de aardappelschijfjes over.
14. Voeg dan het gehaktmengsel toe en verdeel hier de rest van de aubergines over.
15. Giet hier de bechamelsaus over en bestrooi met de geraspte kaas.
16. Zet de moussaka 30-40 minuten in de oven tot de bovenkant mooi bruin is gekleurd.

Dialyse Centrum
Groningen



Hanzeplein 1, 9713 GZ Groningen

050 - 36 19 444

dcg.nl