



Dialyse Centrum
Groningen





Voorwoord

Het najaar is in volle gang. Voor we het weten staan de feestdagen weer voor de deur, een tijd van samenzijn en gezelligheid. Maar voor het zover is vertellen we u graag over de ontwikkelingen binnen DCG in de afgelopen en komende periode.

De afgelopen maanden hebben we hard gewerkt aan het verbeteren van onze informatiemap. De informatie in de map is in zijn geheel vernieuwd. Ook de inhoud heeft een nieuwe frisse uitstraling gekregen. Alle nieuwe patiënten die komen dialyseren bij DCG, ontvangen de nieuwe map bij de start van hun behandeling.

Een andere verandering in ons centrum, is de introductie van onze nieuwe klachtenfunctionaris. Het is belangrijk dat uw zorgen en klachten serieus worden genomen. Om dit nog beter te kunnen doen, hebben we onze klachtenprocedure aangepast. Details hierover vindt u verderop in deze nieuwsbrief.

In de maand september hebben sommige van onze patiënten meegedaan aan de 'Tour de Dialyse'. Een mooie prestatie waarbij digitaal tijdens de dialyse van Zoutkamp naar Zoutelande werd gefietst. Er is een prachtig bedrag opgehaald voor de Nierstichting.

Volgend jaar doen wij graag weer mee. Omdat het erg leuk was, maar ook omdat bewegen tijdens de dialyse heel goed is. Op naar de Tour 2024!

Tot slot wil ik de verbouwing in Groningen nog even weer onder de aandacht brengen. Na de oplevering medio 2024, hebben we ook in Groningen een toekomstbestendige locatie die weer helemaal voldoet aan de eisen van deze tijd. U leest er meer over verderop in deze nieuwsbrief.

Namens het gehele team van het Dialyse Centrum Groningen wensen we u allen alvast prachtige feestdagen toe. Laten we samen de komende periode weer vol vertrouwen tegemoet zien.

Arjan Leijssenaar,
Hoofd Zorg





Vakantiedialyse in Turkije

Ex-dialysepatiënt Edwin van Bon vertelt zijn verhaal

Edwin van Bon is nierpatiënt en dialyseerde van augustus 2019 tot september 2023 bij het Dialyse Centrum Groningen. Kortgeleden is hij getransplanteerd. Het gaat erg goed met hem en met zijn nieuwe nier. In juni, toen hij nog dialyseerde bij DCG in Scheemda, is hij samen met zijn vrouw op vakantie geweest naar Lara in Turkije. Hij vertelt graag zijn verhaal over hoe hij dit heeft geregeld en hoe het is om te dialyseren in het buitenland.

Dialyse en vakantie

Edwin: 'Ondanks dat ik nierpatiënt ben, wilden we toch kijken of we op vakantie konden. Mijn vrouw Sandra was aan het kijken naar vakantiedialyse en kwam op de site van Corendon Care terecht. Zo had Sandra snel contact met Gamze Gunes. Zij werkt al zo'n 19 á 20 jaar als contactpersoon voor

Corendon Care en regelt dialyses op vakantie.' Edwin en zijn vrouw konden zelf op de website van de aanbieder een bestemming uitkiezen. Naast Turkije, waar Edwin en zijn vrouw voor kozen, zijn er nog veel meer bestemmingen beschikbaar: Spanje, Griekenland, Macedonië en zelfs de Nederlandse Antillen.

Edwin vertelt: 'De dialyseplek was snel geregeld. Corendon Care belde mij dezelfde week om te vragen op welke dagen ik wou dialyseren en hoe laat. Binnen een week was alles geregeld. Ik wilde zo vroeg mogelijk dialyseren, want dan was ik ook op tijd weer terug in het hotel. De taxi was ook snel geregeld van het hotel naar de dialyse en weer terug. Zo konden we zorgeloos op vakantie!'

'Ik vertel mijn verhaal in de patiëntennieuwsbrief omdat ik alle dialysepatiënten net zo'n zorgeloze vakantie gun als dat wij hebben gehad. Er is nog zoveel mogelijk, ook als je dialysepatiënt bent.'

Gastvrije mensen en goede dialyses

'Vakantie en dialyse in Turkije hebben wij als zeer goed ervaren. Ik ben daar heel goed en gastvrij ontvangen. De hygiëne was zeer goed en de mensen ontzettend vriendelijk. Er is een Engelse tolk en als de communicatie moeizaam verliep, dan appten we met onze contactpersoon Gamze. Ook de dialyses gingen hartstikke goed. Ik zou het zo weer doen. Door mijn bevindingen is een kennis van ons ook op vakantie geweest naar Turkije en zat in hetzelfde hotel als wij. Ook hij heeft het als zeer goed ervaren en gaat in april weer.'

'Kortom dialyse en vakantie gaat heel goed samen. Het verbreedt je horizon en wij hebben er geen moment spijt van gehad.'



Wilt u meer weten?

Wilt u meer weten over de mogelijkheden van vakantie en dialyseren? Neem dan contact op met uw medisch maatschappelijk werker. Zij kunnen u verder helpen en beschikken over een vakantiemap met allerlei informatie.

Het is bij het uitzoeken van een vakantiebestemming goed om in het achterhoofd te houden dat in sommige landen het risico op MRSA groter is. Heeft u vakantieplannen? Wij bespreken dit graag met u.

Klachtenfunctionaris DCG

Als DCG streven we naar optimale behandeling en respectvolle omgang met onze patiënten. Toch kan er onverhoopt iets gebeuren waarover onvrede ontstaat. In dat geval is er binnen DCG een klachtenfunctionaris. Graag vertellen we u meer over wanneer u onze klachtenfunctionaris kan inschakelen en hoe u dat doet.

Wanneer een klachtenfunctionaris

We nemen uitingen van onvrede en klachten van onze patiënten uiterst serieus en streven ernaar deze naar tevredenheid op te lossen. Binnen DCG proberen we klachten altijd eerst op de afdeling op te lossen. Bijvoorbeeld door met de patiënt in gesprek te gaan. Toch kan het voorkomen dat er geen oplossing wordt gevonden. In die gevallen kunt u als patiënt een officiële klacht indienen. Dat kunt u doen via de klachtenfunctionaris van DCG. Deze helpt u met de registratie van en ondersteuning bij de afhandeling van uw klacht.

Om wat voor klachten gaat het

De klachtenfunctionaris is er alleen voor de klachten van u als patiënt van DCG. Het gaat hierbij specifiek om klachten over de

zorgverlening.. Een klacht over bijvoorbeeld het taxivervoer hoort hier niet bij. Dit soort zaken kunt u bespreken met de verpleegkundigen of medisch maatschappelijk werk.

Een klacht indienen

Binnen DCG is Marielle de Wagt klachtenfunctionaris. Zij doet dit vanuit haar functie van Adviseur Beleid Kwaliteit en Veiligheid. Wanneer u een klacht heeft kunt u contact met haar opnemen via klachtenfunctionaris@dcg.nl. Op onze website vindt u meer informatie, zoals ons volledige klachtenreglement.



Marielle de Wagt
Klachtenfunctionaris DCG

Wat doen bij ziekteklachten

Op dit moment zijn weer veel virussen in omloop: griep, corona, verkoudheid. Onderstaand bieden we u als patiënt van DCG enkele richtlijnen voor het omgaan met klachten:

Voor centropatiënten

Heeft u klachten? Dan vragen wij u om binnen DCG een mondneusmasker te dragen.

- Heeft u geen klachten? Dan draagt u alleen een mondneusmasker bij aan- en afsluiten als dit in een protocol beschreven staat.
- Wij nemen alleen coronatesten af in afstemming met de behandelend arts. Wanneer een patiënt positief test op corona, blijven we de bekende isolatiemaatregelen hanteren. Deze isolatiemaatregelen gelden ook wanneer u griep heeft.

Voor thuispatiënten

Als thuispatiënt bent u relatief weinig bij DCG. Wanneer u wel naar DCG moet, voor bijvoorbeeld een consult, dan gelden de volgende richtlijnen:

- Dialyseert u thuis en heeft u klachten? Dan vragen we u alleen te testen wanneer u voor bijvoorbeeld een consult naar DCG gaat.
- Wanneer u als thuispatiënt op DCG bent en u heeft klachten, dan draagt u gedurende uw tijd binnen DCG een mondneusmasker.



Verbouwing

In september informeerden we u per brief over de verbouwingsplanning in Groningen. Tot nu toe heeft u als patiënt waarschijnlijk niet zoveel meegekregen van de verbouwing. Vanaf fase drie zullen, met name onze patiënten in Groningen, meer veranderingen merken. Deze fase start medio november.

Wat gaan we doen?

De gehele locatie Groningen gaat uiteindelijk over de kop. De dialyseruimtes, maar ook de kantoren en spreekkamers worden allemaal volledig vernieuwd. Uiteindelijk nemen we afscheid van de vierde verdieping (dialysezalen noord en zuid). Deze dialyseruimtes komen uiteindelijk op de derde verdieping.

Wat kunt u verwachten?

Voordat we kunnen starten met fase drie moeten diverse medewerkers, polikamers, (onderzoek)ruimtes en kantoren verhuizen. Onderstaand staat precies beschreven wat waarheen verhuist:

Wat gaat waarheen?

- **Kantoren en teamkamer op de vierde verdieping:**
Verhuizen tijdelijk naar de derde verdieping of een andere plek op de vierde verdieping
- **De polikamers:**
Verhuist tijdelijk naar de vierde verdieping
- **Receptie en doktersassistenten:**
Verhuizen tijdelijk naar de vierde verdieping
- **MRSA-kamer:**
Verhuist tijdelijk naar UMCG (patiënten worden dan in UMCG gedialyseerd door DCG verpleegkundigen)
- **Het brugstation (hier starten patiënten die voor het eerst dialyseren):**
Verhuist tijdelijk naar de vierde verdieping
- **Het THD-team, het PD-team en de PD-trainingskamer:**
Verhuizen naar hun definitieve nieuwe plek op de derde verdieping.

Eventuele gevolgen patiënten

Vanaf medio november tot de oplevering in de zomer van 2024 zijn er minder HD-plaatsen in Groningen beschikbaar. Wij proberen uiteraard de overlast tot een minimum te beperken. Toch zullen we er waarschijnlijk niet aan ontkomen om enkele patiënten die in Groningen dialyseren tijdelijk naar een andere dialysegroep of locatie te verplaatsen. Wanneer dit voor u geldt wordt u hier tijdig van op de hoogte gebracht.



Vernieuwde informatiemap DCG

Alle nieuwe patiënten binnen DCG krijgen bij hun intake de 'DCG informatiemap'. Deze map was inhoudelijk aan een update toe. Naast de inhoud, is ook het uiterlijk van de map herzien. De binnenkant is in een fris nieuw jasje gestoken. Zo hebben we sinds kort weer een helemaal nieuwe informatiemap.

Autorijden en dialyse



Zelf autorijden na hemodialyse is niet verstandig. Na een behandeling met hemodialyse kunt u een lage bloeddruk krijgen. U kunt daardoor onwel worden of zelfs bewusteloos raken. En een nabloeding van de shunt kan hinderlijk zijn bij autorijden. Vraag iemand anders om te rijden of kom naar DCG met de taxi. Wilt u meer hierover weten? Kijk dan eens op de website van nieren.nl



Tour de dialyse

Een paar weken geleden fietsen patiënten van DCG mee met de Tour de dialyse van de Nierstichting. Onlangs overhandigde dhr. Erfmann, die zelf de nodige kilometers bij elkaar fietste tijdens zijn dialyse, de cheque van € 681,00. Een geweldig resultaat na een gezellige en sportieve week.

Nieuws van de Cliëntenraad

Overlijden Carin Wolters-Mous

Op 29 augustus 2023 bereikte ons het droeve bericht dat cliëntenraadslid Carin Wolters-Mous is overleden. Carin, hemodialyse patiënt in Scheemda, was sinds oktober 2019 een zeer gewaardeerd lid van de cliëntenraad. Ze was altijd vrolijk, had een positieve levensinstelling en zij gaf vele waardevolle bijdragen aan de agenda en discussies van de cliëntenraad.



We zullen haar zeer missen en wensen haar man Douwe alle sterkte toe!

Voorlichtingsavonden DCG

De voorlichtingsavonden van DCG werden gehouden op 27 september en 4, 11 en 18 oktober 2023. Een afvaardiging van de cliëntenraad was aanwezig op de vier avonden met in de pauze en na afloop mooie en relevante gesprekken met de aanwezigen.

Najaarsbijeenkomst meerjarenbeleid DCG

Op 19 oktober 2023 werd de najaarsbijeenkomst meerjarenbeleid DCG gehouden. Medewerkers van DCG konden input geven op het gebied van nieuwe ontwikkelingen in onder andere de volgende sectoren:

- Zorg;
- Duurzaamheid;
- Informatievoorziening en digitale mogelijkheden.

Een waardevolle bijeenkomst gericht op de toekomst en een afvaardiging van de cliëntenraad was hierbij aanwezig.

Potentiële cliëntenraadsleden

De cliëntenraad heeft samen met algemeen directeur van DCG drs. Tanja Lips gesprekken gevoerd met twee potentiële nieuwe leden voor de Cliëntenraad. De potentiële leden gaan binnenkort een vergadering bijwonen om te kijken of het van beide kanten klikt. Lijkt het u ook leuk om lid te worden van de cliëntenraad? Dan kunt u contact opnemen met ons via clienraad@dcg.nl.



Dick de Jonge - Voorzitter Cliëntenraad

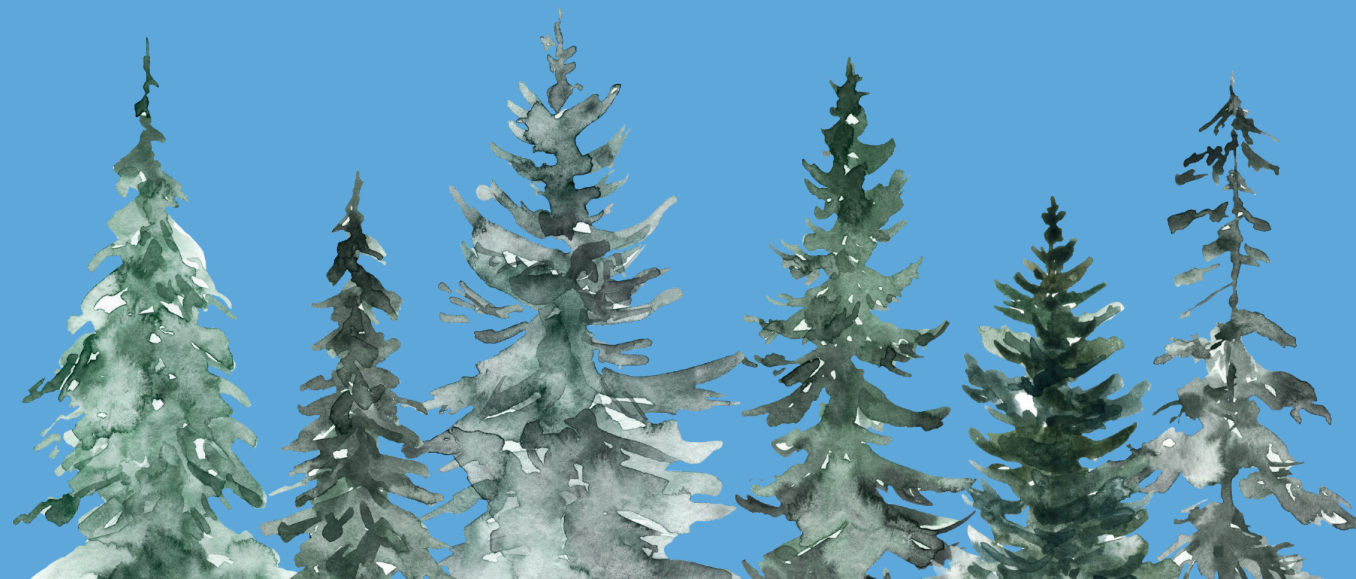
Nieuws van de vakgroep diëtetiek

Zoals in de vorige nieuwsbrief was aangekondigd zou per 5 september diëtist Eline Bennink team diëtetiek komen versterken. In verband met persoonlijke omstandigheden start Eline later. Op dit moment kunnen wij nog niet zeggen wanneer zij haar werkzaamheden bij DCG gaat oppakken.

Voor een aantal patiëntengroepen (maandagochtend 4Z, maandagochtend 4N en dinsdagochtend 4N) in Groningen betekent dit dat Annie Dijkstra de groepen waarneemt. Annie was tot mei 2022 werkzaam binnen team diëtetiek van het DCG en geniet sindsdien van haar pensioen, maar zij heeft ook zin om tijdelijke werkzaamheden bij DCG op te pakken.

Voor één van de groepen in Scheemda (dinsdagmiddag) betekent dit dat de andere diëtisten de groep waarnemen, deze patiënten hebben daardoor mogelijk wat minder contact met de diëtist dan gebruikelijk.

In principe is op alle werkdagen minimaal één diëtist aanwezig bij Dialyse Centrum Groningen. Bovendien kunt u bij vragen bellen naar 050-3619444 of mailen naar dietisten@dcg.nl



Voedingstoestand: handknijpkracht, vragenlijsten en bloedafnames

In de maand november is het weer tijd voor de handknijpkrachtmetingen. Als u op het centrum dialyseert, komt uw diëtist bij u langs om deze meting te herhalen.

Op de poli's gebeurt dit op wisselende momenten. Met de handknijpkrachtmeting kan de diëtist zien hoe het met uw spierkracht gaat. Deze meting doen we elk kwartaal, dus 4 keer per jaar.

Om uw voedingstoestand (het geheel van hoe u eet, hoe u uw dagelijkse activiteiten kunt uitvoeren en onder andere de kwaliteit van uw spieren) te kunnen bepalen, vullen we ook een scoreformulier in. De diëtist stelt u een aantal vragen, kijkt naar een aantal spiergroepen in uw lichaam en voelt aan uw spieren en beoordeelt uw vetreserves. Aan het eind van deze bepalingen bekijkt de diëtist of u een risico hebt om ondervoed te raken.

Het scoreformulier wordt 2 keer per jaar ingevuld. We koppelen de handknijpkrachtmeting en het scoreformulier aan de maand waarin de uitgebreide bloedafnames worden gedaan.

Door de uitslagen van de testen te koppelen aan de bloedsuitslagen, kan de diëtist een completer beeld vormen van uw voedingstoestand.

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

November: handknijpkrachtmeting + beoordeling spieren/vetreserves

Februari: handknijpkrachtmeting

Mei: handknijpkrachtmeting+ beoordeling spieren/vetreserves

Augustus: handknijpkrachtmeting

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



Tips eten feestdagen

De decembermaand is voor veel mensen een maand vol gezelligheid. Na de 5 december-zoetigheden volgen de kerstdagen en oud en nieuw. Dagen met lekker eten en avonden met hapjes en een drankje. Geen makkelijke maand om goed op uw dieet te letten. Als u daar moeite mee heeft, leest u dan verder. Met een paar tips kunt u voorkomen dat uw bloedwaarden te hoog worden en zorgt u ervoor dat u tussen de dialyses niet te veel aankomt in vocht.

Omdat u dialyseert, moet u dagelijks al letten op de juiste keuzes in eten en drinken: niet te zout, weinig fosfaat en kalium, de juiste hoeveelheid vocht, voldoende eiwitten. Bij alle feestdagen, met de nodige hapjes en drankjes, is het voor u misschien lastig om iets lekkers te laten staan, bijvoorbeeld omdat u het te lekker vindt of omdat u het uit gewoonte doet. Of misschien vindt u het moeilijk om nee te zeggen als u iets aangeboden krijgt.

- Het helpt om vooraf na te denken over wat en hoeveel u wilt eten en drinken. Bereid u voor en maak bewust een keuze. Eet met aandacht.
- Breng anderen (familie, bezoek) op de hoogte van het belang van uw dieet. Geef aan dat u zelf graag de keuze maakt in wat u wilt eten en drinken.
- Zeker tijdens de feestdagen kunt u in de verleiding komen om meer te eten dan u zou willen. Neem af en toe een pauze bij het eten en kijk of u al verzadigd bent. Zit uw buik al vol en voelt de broekriem strakker? Stopt u dan met eten.
- Misschien eet u met de kerst op andere tijdstippen dan u gewend bent. Vergeet u dan niet om uw fosfaatbinders in te nemen.
- Let u op de chocoladeletters van Sinterklaas, deze zijn rijk aan kalium.
- De gerechten bij het kerstdiner bevatten misschien wat meer zout, kalium en/of fosfaat. U kunt dit compenseren door bij het ontbijt of de lunch te kiezen voor zoet beleg in plaats van hartig. En als u zuivel vervangt door thee, spaart u eiwitten en kalium uit zodat u bij het diner kunt kiezen voor een groter stukje vlees of vis of voor dat extra voorgerecht.
- Koopt u uw kerstrollade bij uw slager? Vraag dan of de rollade zonder zout bereid kan worden.
- Als u een dag geen (extra) fruit eet, scheelt dat kalium en vocht.
- Wilt u een glaasje drinken, al dan niet met alcohol, bij de kerstmaaltijd? Kies voor kleine kopjes en glazen zodat u gezellig mee kunt doen.
- Koop niet te veel. Wat u niet in huis hebt, kunt u ook niet opeten.
- En als u eens wat te veel hebt gegeten, probeer dan om wat extra te bewegen als dat lukt. Dat zorgt ook voor een fris hoofd!



Recept voor pepernoten

Benodigdheden

Bakpapier

Bereiden

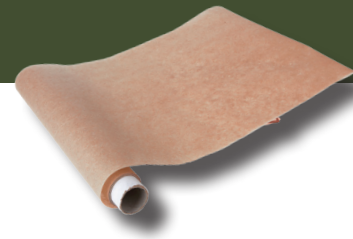
- Verwarm de oven voor op 160 °C.
- Kneed de boter, de beide suikers, de speculaaskruiden en het volkorenmeel goed door elkaar.
- Voeg lepel voor lepel de melk aan het beslag toe, zodat het een lekker soepel deeg wordt. Voeg meer melk toe als het deeg nog te droog is.
- Bekleed de bakplaat met bakpapier.
- Maak van het deeg kleine balletjes, leg ze op de bakplaat en druk ze iets plat.
- Bak ze in de oven in 15-20 min. gaar en lichtbruin.

Ingrediënten

- 150 g ongezouten boter
- 65 g donkerbruine basterdsuiker
- 60 g rietsuiker
- 10 g speculaaskruiden
- 250 g volkorenmeel
- +/- 4 eetlepels melk

Bewaartip

U kunt de pepernoten 3 dagen van tevoren bereiden. Bewaar ze in een afgesloten trommel.



Recept voor zalm met pastinaakcrème

Ingrediënten

- 150 g (zilervlies)rijst
- 1 eetlepel olijfolie
- 20 gram pecannoten
- 3 theelepels honing
- 2 theelepels mosterd
- 2 zalmfilets à ca. 100 g per stuk (met huid)
- 250 gram pastinaak
- 1 zoetzure appel (bijv. Jonagold)
- versgemalen peper

Bereiden

- Kook de rijst gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- Verwarm de oven voor op 200 graden. Vet een ovenschaal in met olijfolie.
- Leg de zalmfilets (met de huid onder) in de ovenschaal. Hak de pecannoten fijn en meng deze in een kom met de honing en mosterd. Strijk dit mengsel uit over de zalm, voeg naar smaak versgemalen peper toe en bak 15 minuten in de oven.
- Schil ondertussen de pastinaak en snijd in blokjes van ca. 1 cm. Schil de appel, verwijder het klokhuis en snijd de appel in blokjes. Kook de pastinaak en appel in een pan met deksel. Laat 20 minuten zachtjes koken. Giet af en laat zonder deksel uitstomen.
- Pureer de pastinaak en appel met een staafmixer tot een crème. Breng de crème op smaak met (versgemalen) peper.
- Leg de zalm op de borden en verdeel de pastinaak-appel crème en rijst over de 2 borden.



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

DECEMBER
 DONKER
 ENGELN
 FAMILIE
 GEZELLIGHEID
 GOUD
 HERFST
 KAARS
 KERSTBAL
 KERSTBOOM
 KERSTMIS
 KERSTSTOL
 LICHTJES
 NIEUWJAARSDAG
 OLIEBOLLEN
 PAKJESAVOND
 PEPERNOTEN
 PIEK
 SINTERKLAAS
 SLEE
 SLINGERS
 SNEEUW
 SNEEUWPOP

👉 Woorden afstrepen

Oplossing

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Lever uw antwoord in via de mail naar communicatie@dcg.nl of op papier bij de verpleegkundige. Dit kan tot 31 december 2023. U maakt kans op een leuke prijs.

Voornaam:

Achternaam:

Uw antwoord: