

WeerWaterOnLine

nieuwsbrief van Dialysecentrum Flevoziekenhuis



Nieuwsbrief 8, mei 2008

Nieuwe nefroloog:

Per 1 juni krijgen we gezinsuitbreiding! Dr.A.Boonstra wordt onze derde dokter. Hij is afkomstig uit Groningen en gaat zich vestigen in deze polder. In de volgende nieuwsbrief zal hij zich verder aan u voorstellen, ook al bent u hem dan al waarschijnlijk al eens in ons centrum tegen het lijf gelopen..

Nieuwbouw.

Zoals iedereen wel kan zien vordert de nieuwbouw gestaag. De nieuwe dialyzezaal zal waarschijnlijk al aan het eind van dit jaar te gebruiken zijn. Maar het achterliggende gedeelte, waar alle overige ruimten zijn, laat nog een tijd op zich wachten. Het kan dan ook wel pas eind 2009 worden voordat we daadwerkelijk met zijn allen op onze nieuwe locatie zitten. Maar dat het prachtig wordt staat vast!

Nieuw personeel

Graag wil ik me even voorstellen..

Ik ben Inge van de Schoor, ben 23 jaar en woon in Lelystad.

Vanaf 10 Maart ben ik op de afdeling begonnen en in April zal ik starten met de opleiding tot Dialyse verpleegkundige.

De afgelopen jaren ben ik met veel plezier

werkzaam geweest op afdeling H2 Chirurgie. Toch had ik het gevoel verder te willen en ben ik erg blij hier terecht gekomen te zijn. Mijn eerste indruk is zeer positief en heb dan ook erg veel zin om me te kunnen verdiepen in het specialisme!

Privé zijn mijn vrienden, familie en dieren erg belangrijk voor mij.

Al van kinds af aan zit ik graag tussen de dieren. Het welzijn van mijn dieren staat dan ook ver voorop. Mijn 4 konijnen genieten dagelijks van de ruimte die zij hebben en zijn een erg leuk gezelschap in- en buitenshuis.

Daarnaast rij ik al enige jaren paard en kan dan ook gezeggen dat ik de gelukkige eigenaar ben van een prachtige pony waar ik regelmatig te vinden ben.

Ik ben graag samen met vrienden, vind ik het leuk om te zwemmen en te wandelen met de honden van mijn ouders.

Mocht u nog vragen hebben, stel ze gerust!

Groetjes,
Inge van de schoor.

EVEN VOORSTELLEN...

Mijn naam is Monica Heijboer, 39 jaar, 2 kinderen.

Sinds 1 maart 2008 ben ik werkzaam als dialyseverpleegkundige in het dialyse centrum van het Flevoziekenhuis.

Mijn opleiding tot dialyseverpleegkundige heb ik in het UMC te Utrecht gevolgd.

Daar heb ik vervolgens 9 jaar op de dialyse afdeling gewerkt.

Nu al geruime tijd woonachtig in Almere en werd het op en neer reizen zat.

Tevens was ik toe aan een nieuwe uitdaging. Dus de grote stap gewaagd.

Na 3 maanden kan ik zeggen dat ik met veel plezier naar m'n werk ga.

Naast mijn werk beleef ik veel plezier aan lezen en stijldansen.

Waar rijden we naar toe?

We hebben er na 1 jaar **dialysefiets**, weer heel wat kilometers opzitten. De fiets was echter nog op proef, maar zal met enige aanpassingen op termijn aangeschaft worden.

Voor de echte liefhebbers en de toekomstige sportievelingen, wil ik nog even de **voordelen van fietsen tijdens dialyse**, op een rij zetten:

- Bevordert uithoudingsvermogen en spierkracht
- Geeft fit gevoel
- Ter voorkoming van stress en sombere gevoelens
- Afname bloedarmoede
- Beter slapen
- Zelfvertrouwen/waardering

Verder heeft het een beschermende werking tegen het optreden van

- hoge bloeddruk
- Een te hoog cholesterolgehalte
- Overgewicht
- Botontkalking
- Hart-en vaatziekten
- Krampen tijdens dialyse
- Rheuma
- Diabetes

Inmiddels zijn er in ons Dialysecentrum ook enkele patiënten, die zich beter tussen de dialyses voelen, nadat ze tijdens dialyse gefietst hebben.

Dus goed voorbeeld doet wellicht volgen! Mocht u na het lezen ook de fiets willen proberen, geef dit dan aan bij de verpleegkundigen, als de dialysefiets weer terug. Wel moet er vooraf altijd voor de eerste rit toestemming aan de nefroloog gevraagd worden.

Hou je eigenlijk alleen maar van voor de wind fietsen, dan kan dat ook met de dialysefiets
