



Dé
**ZORG
COURANT**.nl

Regio Lingewaard

editie 2 - 2024



Annemiek's Hoorstudio.....	3
Uitdagingen van Jeugdzorg.....	5
Janneke Waaning.....	7
Preventieve zorg.....	9
Diëtistenpraktijk Tahnee Lifestyle.....	13



DE SPECIALISTEN IN DIAGNOSE EN BEHANDELING VAN **SPATADEREN + ANALE AANDOENINGEN**

SPATADEREN

De terugstroom van bloed in de aderen in de benen naar het hart wordt mogelijk gemaakt door kleppen in de aderen. Als deze kleppen niet goed meer werken spreken we van spataderen.

Spataderen kunnen zichtbaar zijn en als lelijk of storend ervaren worden. Het is ook mogelijk dat u wel klachten heeft maar de spataderen (nog) niet zichtbaar zijn.

Merkbare klachten zijn

- Vermoeid of zwaar gevoel in de benen
- Pijnlijke of overgevoelige benen
- Jeuk, branderigheid of onrustige benen
- Nachtelijke krampen of krampen in rust

Heeft u last van spataderen?
Zichtbare spataderen? Onrustige benen, kramp of zelfs pijn in de benen?

De artsen in ons team zijn ervaren specialisten in de behandeling van spataderen en anale aandoeningen. Zij hebben de afgelopen jaren duizenden van dergelijke behandelingen met succes en naar grote tevredenheid van hun cliënten uitgevoerd.

SAMEN DE JUISTE ZORG

Bij ons wordt de intake altijd uitgevoerd door de behandeld arts en omvat een onderzoek en een samen met u op maat opgesteld behandelplan.

Informatie, vragen of afspraak maken? Neemt u gerust contact met ons op. Wij helpen u graag.

waalkliniek.nl
receptie@waalkliniek.nl
088 – 26 26 800

Klinieken in

Duiven & Veenendaal

ANALE AANDOENINGEN

Wij behandelen de volgende anale aandoeningen.

- Aambeien
- Huidflapjes
- Anus kloofje of scheurtje
- Haarnestcyste
- Anogenitale wratten
- Anale poliepen

Last van aambeien? Doorbreek het taboe en blijf er niet mee rondlopen. Wij kunnen u helpen!

Daarom kiest u voor Waal Kliniek

- U kunt bij ons snel worden geholpen
- Wij houden rekening met uw agenda bij het maken van afspraken
- Geen eigen bijdrage bij verzekerde zorg, exclusief uw eigen risico
- Hoge waardering van onze cliënten
- Professioneel en betrokken



TROTSEER DE ELEMENTEN

Spannend, verrassend en schitterend gerestaureerd. Dat is Fort Pannerden. Het fort van de Nieuwe Hollandse Waterlinie heeft de status van Unesco Werelderfgoed en is verkozen tot het mooiste fort van Nederland. Het fort ligt verborgen onder de aarde en is vijf verdiepingen hoog.

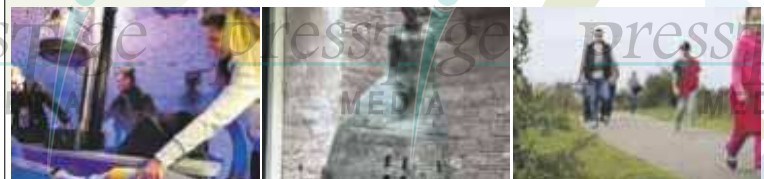
Vanaf het dak heb je een spectaculair uitzicht. Waar kun je verder kijken over de Waal, Rijn en Pannerdensche Kanaal dan hier – bij Doornenburg?



FORT PANNERDEN

Kom naar Fort Pannerden middenin het rivierlandschap, en trotseer water, aarde, lucht en vuur. Al 150 jaar strijdt het fort met deze elementen. Kies een van de interactieve programma's en ga op ontdekking. Wil je iets actiefs en avontuurlijks, of juist heel relaxed? Binnen of buiten? Je vindt een schat aan spannende verhalen en belevingen! Je kunt gratis terecht met de Museumkaart.

Waaldijk 1, 6686 MV Doornenburg · 0481 420089 · fortpannerden.eu



Het is weer tijd voor de griep prik

In Nederland is de griep voor de meeste mensen ongemakkelijk, maar voor sommige groepen kan het ernstige gezondheidsrisico's met zich meebrengen.

Daarom ontvangen risicogroepen elk najaar een uitnodiging van hun huisarts voor een gratis griep prik. Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) beslist, op advies van de Gezondheidsraad, welke groepen deze vaccinatie krijgen aangeboden. De doelgroep kan jaarlijks wijzigen.

De griep prik is vooral bedoeld voor mensen van 60 jaar en ouder, mensen met longziekten zoals astma of COPD, hart- en vaatziekten, diabetes, nierziekten, en degenen met een verzwakt immuunsysteem. Ook personen met neurologische aandoeningen, ernstig overgewicht (BMI ≥ 40), dementie, en cochleaire

implantaten vallen onder de doelgroep. Daarnaast mogen zwangere vrouwen, die tussen 15 oktober en 1 maart 22 weken of langer zwanger zijn, de griep prik halen bij het consultatiebureau.



Het is cruciaal dat risicogroepen de griep prik halen, zelfs als ze zich gezond voelen. Hun afweersysteem kan minder effectief zijn, waardoor ze sneller ernstige ziekten zoals longontsteking kunnen ontwikkelen. De griep prik is het meest effectief wanneer deze in oktober of november wordt gehaald, voordat het griepseizoen begint. De vaccinatie is gratis en wordt gefinancierd door het ministerie van VWS voor de kwetsbare groepen.

Beheer en behandeling van aandoeningen zoals diabetes, hartziekten en astma

Het beheer en de behandeling van chronische aandoeningen zoals diabetes, hartziekten en astma vereisen een holistische benadering die zowel medische interventies als levensstijlveranderingen omvat.

Deze aandoeningen hebben een aanzienlijke impact op de kwaliteit van leven en vereisen voortdurende aandacht om complicaties te voorkomen en de gezondheid te optimaliseren.

Diabetes, bijvoorbeeld, is een aandoening waarbij het lichaam niet in staat is om glucose goed te reguleren. Dit kan leiden tot hoge bloedglucosespiegels, wat op lange termijn schade kan veroorzaken aan organen zoals het hart, de nieren en de ogen. De behandeling van diabetes omvat vaak medicatie zoals insuline of orale antidiabetica, maar ook voedingsadvies en regelmatige lichaamsbeweging zijn cruciaal. Het monitoren van de bloedglucosespiegel is essentieel om ervoor te zorgen dat deze binnen een gezond bereik blijft. Educatie speelt ook een belangrijke rol; patiënten moeten goed geïnformeerd zijn over hun aandoening om zelfmanagement te bevorderen.

Hartziekten vormen een andere grote uitdaging voor de gezondheidszorg. Deze aandoeningen kunnen variëren van hoge bloeddruk tot ernstige problemen zoals hartaanvallen en hartfalen. De behandeling richt zich vaak op het verlagen van risicofactoren zoals hoge cholesterolwaarden, roken en overgewicht. Medicijnen zoals statines, bètablokkers en ACE-remmers worden vaak voorgeschreven om de hartfunctie te verbeteren en verdere schade te voorkomen. Daarnaast is het aanpassen van de levensstijl essentieel; dit omvat een gezond dieet, regelmatige lichaamsbeweging en stressmanagement. Regelmatige controles bij de arts zijn noodzakelijk om de voortgang te monitoren en behandelingen aan te passen indien nodig.

Astma is een chronische longziekte die wordt gekenmerkt door ontsteking en vernauwing van de luchtwegen, wat leidt tot ademhalingsproblemen. De behandeling bestaat meestal uit inhalatiemedicatie zoals corticosteroïden om ontstekingen te verminderen en bronchodilatoren om de luchtwegen open te houden. Het identificeren en vermijden van triggers zoals allergenen of irriterende stoffen is ook belangrijk voor het beheer van astma. Patiënten moeten regelmatig hun longfunctie controleren met behulp van piekstroommeters om exacerbaties vroegtijdig te herkennen.

In alle gevallen is samenwerking tussen patiënt en zorgverlener cruciaal voor effectief beheer. Door middel van educatie, regelmatige monitoring en aanpassingen in levensstijl kunnen patiënten met chronische aandoeningen een betere kwaliteit van leven bereiken en ernstige complicaties voorkomen.

Annemiek's Hoorstudio

Annemiek's Hoorstudio, gevestigd in Doetinchem en Arnhem, staat bekend om zijn hoogwaardige hoorzorg.

Als zelfstandige audicien met het Hoorprofs Keurmerk voldoet de studio aan strenge kwaliteitseisen. Het team van gediplomeerde audiciens is continu bezig met bijscholing om de beste service te bieden.

De studio biedt een breed scala aan hoortoestellen, waaronder Completely In the Canal (CIC), In het Oor (IHO), en Achter het Oor (AHO) modellen. Deze verschillen in grootte, batterijduur en versterkingscapaciteit. Afhankelijk van de behoefte aan versterking wordt een passend hoortoestel geadviseerd.

Tegenwoordig zijn veel hooroplossingen oplaadbaar en te verbinden aan de GSM. Naast het vinden van het juiste hoortoestel benadrukt

Annemiek's Hoorstudio het belang van goed onderhoud en regelmatige reiniging om optimale prestaties te garanderen.

Gehoorbescherming is een ander cruciaal aspect van de dienstverlening. Met toenemende geluidsoverlast in veel omgevingen, zoals fabrieken of concerten, is het essentieel om gehoorschade te voorkomen door geschikte bescherming te dragen. Annemiek's Hoorstudio adviseert klanten over de beste opties voor gehoorbescherming om langdurige hoorproblemen te vermijden.



annemiekshoorstudio.nl

Colofon

De Zorg Courant

Regio Lingewaard
Jaargang 2024 - Editie 2

Oplage

15.300

Uitgave

PressTige Media
Eindhoveneweg 33
5582HN Waalre

Tel. 040-3033750

www.prestigemedia.nl

Ontwerp/opmaak

Hakof Media
hakof-media.nl

Advertentieverkoop

PressTige Media

Druk

Janssen Pers

Verspreiding

Regio Lingewaard

Met dank aan

Het RIVM en adverteerders voor het mogelijk maken van deze uitgave.

Copyright

Het is alleen toegestaan om artikelen en/of foto's uit deze uitgave over te nemen na schriftelijke toestemming van de uitgever. In alle gevallen dient er een bronvermelding te worden vermeld. De uitgever is niet aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van het ontbreken of onjuist vermelden van gegevens in deze uitgave. De uitgever zal alleen verplicht zijn tot verbetering in de eerstvolgende editie. Er kunnen geen rechten worden ontleend aan de inhoud van deze uitgave.

Verwijzing

De meeste van de artikelen uit deze krant zijn uitgebreider te vinden op onze website:

www.dezorgcourant.nl



Tandartspraktijk
Kuipers

Raalt 2a Gendt
Tel. (0481) 42 18 02

Openingstijden

Tandarts:
maandag t/m donderdag
08:30-12:15u en
13:15-17:00u
vrijdag - 08:30-12:15 uur

Mondhygiëniste:
dinsdag t/m vrijdag
08:00-12:30 u en
13:15-17:00u

www.tandartskuipersgendt.tandartsennet.nl



Simone
HART VOOR HAARZAKEN

- Haar verzorging
- Knippen en kleuren
- Keratine behandelingen
- Make-up
- Hoofdhuidproblemen
- Dunner wordend haar
- Haarwerken en haarstukjes

Simone
06-25266616

Wilhelminastraat 1
6691 XJ Gendt
0481-422218
info@haarstudiosimone.nl
www.simonehaarstudio.nl

Vragen over Haarproblemen?
Maak gerust een afspraak voor een
Haar/hoofdhuid diagnose.

Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg

Wij zijn ervaren vrijwilligers die in de laatste levensfase extra hulp en aandacht bieden aan u en uw naasten. Onze hulp is gratis.

Team Betuwe
W: www.vptz-betuwe.nl
E: info@vptz-betuwe.nl
T: 06-46045951



Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg

Uw horen en zien specialisten!



JANSEN HOREN & ZIEN

Vierakkerstraat 18A in Huissen Tel. 026 - 2148234
WWW.JANSENHORENENZIEN.NL



De Amethyst
Beschermd Wonen
& dagbesteding
op de zorgboerderij

Tel: 06-23516605
zorgloket@deamethyst.nl
www.deamethyst.nl



zelfcetera

Loopt u vast in of met u zelf?
Zelfcetera helpt graag!
Kijk voor meer informatie op

www.zelfcetera.nl

Podopraktijk Bommel helpt bij uw voet- en houdingsklachten.

- Lage rugklachten
- Hielspoor
- Hallux valgus
- Knieklachten
- Doorgezakte voorvoet

Podopraktijk Bommel
Dorpsstraat 26 6681 BN Bommel
T. 08 50 64 78 08
E.rene@podopraktijkbommel.nl
W. www.podopraktijkbommel.nl

Lopen met gemak

RAUW
Natuurlijk.

Eetwinkel, delicatessen & catering
Schuytgraaf

Fortunastraat 6, Arnhem

[/rauwnatuurlijk](https://www.facebook.com/rauwnatuurlijk)

Anno 2024: de uitdagingen van jeugdzorg in Nederland

De jeugdzorg is een cruciaal en complex veld binnen de maatschappelijke zorg dat zowel de toekomst van onze jongeren als de kwaliteit van de samenleving sterk beïnvloedt. Het biedt ondersteuning aan kinderen en jongeren die opgroeien in moeilijke omstandigheden, maar het staat ook voor aanzienlijke uitdagingen die steeds prominenter worden. Het huidige systeem is onder druk komen te staan door oplopende wachtlijsten, een verhoogde vraag naar hulp, en een tekort aan gekwalificeerd personeel.

Het aantal jongeren dat hulp nodig heeft, neemt toe, mede door maatschappelijke problemen zoals armoede, schooluitval en psychische aandoeningen. Dit zorgt voor een grotere druk op hulpverleners en instellingen die koste wat kost willen voldoen aan de behoeften van deze kwetsbare groep. De huidige samenstelling van het zorgsysteem maakt het bovendien moeilijk om snel en adequaat in te spelen op de diverse behoeften van jongeren. Professionals in de jeugdzorg bevinden zich vaak in een spagaat; ze willen het beste voor hun cliënten, maar worden tegelijkertijd geconfronteerd met bureaucratische hobbels en een tekort aan middelen.

Stigma

Daarnaast speelt de maatschappij een belangrijke rol in de uitdagingen van de jeugdzorg. Het stigma dat soms rust op het zoeken van hulp, kan jongeren ervan weerhouden om tijdig ondersteuning te vragen. Dit benadrukt de noodzaak van meer bewustwording en educatie rondom geestelijke gezondheidszorg. Het is essentieel om een omgeving te creëren waarin jongeren zich veilig voelen om hulp te zoeken en waar openheid over mentale gezondheidsproblemen wordt aangemoedigd.

Hoop

Toch is er ook hoop. Voortschrijdend inzicht en innovatieve benaderingen bieden mogelijkheden voor verbetering. Het inzetten van technologie om jongeren beter te bereiken, het betrekken van ouders en verzorgers in het zorgproces, en het ontwikkelen van integrale benaderingen die meerdere levensgebieden tegelijk aanpakken, zijn enkele van de strategieën die steeds meer aandacht krijgen.

De jeugdzorg vereist collectieve inspanningen van zorgprofessionals, beleidsmakers en de samenleving als geheel. Door samen te werken en te investeren in duurzame veranderingen, kunnen we de uitdagingen in de jeugdzorg aangaan en ervoor zorgen dat jongeren de ondersteuning krijgen die ze verdienen. Alleen zo kunnen we een solide basis leggen voor een gezonde toekomst waarin ieder kind de kans krijgt om te bloeien.



Palliatieve zorg voor patiënten met terminale ziekten

Palliatieve zorg is een gespecialiseerde vorm van medische zorg die gericht is op het verbeteren van de levenskwaliteit van patiënten met ernstige, vaak terminale ziekten.

Deze zorgvorm richt zich niet alleen op het verlichten van fysieke symptomen, maar ook op het bieden van emotionele, sociale en spirituele ondersteuning aan zowel de patiënt als hun familie. Het doel is om het lijden te verminderen en de best mogelijke kwaliteit van leven te bieden, ongeacht de prognose of leeftijd. Een belangrijk aspect van palliatieve zorg is pijnbestrijding. Patiënten met terminale ziekten ervaren vaak intense pijn en andere ongemakken zoals misselijkheid, ademhalingsproblemen en vermoeidheid. Door middel van medicatie, fysiotherapie en andere behandelingen proberen zorgverleners deze symptomen te verlichten. Dit stelt patiënten in staat om hun dagelijkse activiteiten zo goed mogelijk voort te zetten en meer tijd door te brengen met hun geliefden.

Naast fysieke ondersteuning speelt emotionele zorg een cruciale rol in palliatieve zorg. De diagnose van een terminale ziekte kan leiden tot gevoelens van angst, depressie en isolatie. Psychologen, maatschappelijk werkers en geestelijk verzorgers werken samen met patiënten en hun families om hen te helpen omgaan met deze emoties. Ze bieden counseling, ondersteunen bij rouwverwerking en helpen bij het maken van belangrijke beslissingen over de zorg.

Sociale ondersteuning is eveneens essentieel in palliatieve zorg. Veel patiënten hebben hulp nodig bij dagelijkse taken zoals eten, aankleden en persoonlijke hygiëne. Thuiszorgmedewerkers kunnen hierbij ondersteunen, zodat patiënten zo lang mogelijk in hun vertrouwde omgeving kunnen blijven. Daarnaast wordt er vaak samengewerkt met vrijwilligersorganisaties die praktische hulp bieden, zoals boodschappen doen of vervoer regelen.

Spirituele zorg richt zich op de existentiële vragen die vaak naar voren komen bij terminale ziekten. Geestelijk verzorgers bieden een luisterend oor en begeleiden patiënten in hun zoektocht naar betekenis en vrede in de laatste fase van hun leven. Dit kan variëren van religieuze rituelen tot gesprekken over levensvragen.

Palliatieve zorg is dus een holistische benadering die zich richt op alle aspecten van het welzijn van de patiënt en hun familie. Door deze uitgebreide ondersteuning kunnen patiënten hun laatste levensfase zo comfortabel en waardig mogelijk doorbrengen, terwijl hun families de nodige steun krijgen om deze moeilijke periode door te komen.



Mecklenburg 3, 6851 KL Huissen



Elke woensdag open van 18.00 - 20.00 uur
Of na telefonische afspraak.

E.Schuurman | Teselaar 20 6681BG Bommel
Tel: 0481-464050 | deverguldelijst@xs4all.nl

- +/-800 verschillende lijsten
- Vele kleuren en modellen
- aluminium wissellijsten
- Zuurvrije Passepartout (in vele modellen) Computergestuurd gesneden.
- 4 soorten Glas.
- Opspannen borduurwerk

Autobedrijf Wientjes V.O.F.

REPARATIE

APK-KEURING

SCHADEHERSTEL

IN- EN VERKOOP

AUTOMAATBAKSPOELEN



Kattenleger 9A

6681 DT Bommel

0481-356710

info@autobedrijf-wientjes.nl

www.autobedrijf-wientjes.nl



Verloskundigenpraktijk
HUISSEN

Polsweg 19, 6851 DA Huissen

026-2001215 | www.verloskundigenpraktijkhuissen.nl

Diëtistenpraktijk



Nutri-Salud

Praktijk voor Voeding en Dieetadvies

Voor een gezond gewicht en verbeterde eetgewoonten

In mijn praktijk bent u van harte welkom voor advies op maat bij o.a. diabetes, een te hoge bloeddruk, een te hoog cholesterolgehalte, kanker, gewichtsverlies, darmstoornissen zoals PDS en colitis ulcerosa, overgewicht en emotie-eten.

Het is ook mogelijk om uw lichaamssamenstelling te meten.

Kijk voor meer informatie op

www.nutri-salud.nl

Jina Arias Saumeth

Medisch Centrum Houtakker
Karstraat 22 6681 LB Bommel

06 - 34434415

info@nutri-salud.nl

www.nutri-salud.nl



**Ruim 1500m²
Kampeerwinkel
met de beste
service**

- Tenten
- Kampeermeubelen
- Slaapartikelen
- Kampeerartikelen
- Strandartikelen
- Gas
- Caravan & Camper

**Welkom bij gezelligste
kampeerwinkel "Kampeer Oase"**

Wij zijn recent
verhuisd naar
**Nijverheidstraat 25
in Huissen.**

Bezoek onze mooiere
grotere en beter
bereikbare
locatie!

Nijverheidstraat 25, 6851 EJ Huissen

T: 0481 - 351 580 | INFO@KAMPEEROASE.NL



pwmediation

(Echt)scheiding

Arbeidsconflict

Familieconflict

Relatieconflicten

Zakelijke conflicten

Buren conflicten

06-19424825 | info@pwmediation.nl | www.pwmediation.nl



Bommel, Teselaar 6e
Elst, Dorpsstraat 29

www.huidzorg.com

Tel.: 088 - 00 28 111

- * Littekens, Oedeem
- * Ooglidcorrectie (zonder prikken of snijden)
- * Overbeharing (ook diodelaser)
- * Huidverbetering
- * Peellings
- * Acne
- * Therapeutisch Elastische Kousen

Gratis adviesgesprek (t.w.v. €24,50)

Patiënten waarderen ons met een 9,7

Maximale vergoeding via zorgverzekeraar

Loop je vast en kom je er met praten en denken alléén niet uit?

De laatste jaren is er steeds meer aandacht voor de relatie tussen lichaam en geest en dat is maar goed ook! In onze drukke samenleving zijn we vaak geneigd om vooral met ons hoofd bezig te zijn en de signalen van ons lichaam te negeren.

Zonde, want ons lichaam biedt een rijke bron van informatie. Gebeurtenissen worden vaak opgeslagen in ons lichaam in de vorm van spierspanning en ademhaling. Dit beïnvloedt onze hersenen en andere fysieke systemen. Lichaamsgerichte therapie en coaching zijn effectieve methodes om balans te hervinden, bijvoorbeeld bij klachten veroorzaakt door een burn-out of hoog sensitiviteit (HSP). In tegenstelling tot wat het woord suggereert is fysieke aanraking niet persé nodig. Na één sessie voel je je vaak lichter en meer ontspannen.

Na meer sessies krijg je vaak dieper inzicht in je patronen, kun je deze veranderen en ervaar je meer basis waardoor je makkelijker door het leven navigeert.

Ik heb 25 jaar ervaring als coach en therapeut. Maar zeker zo belangrijk: ik ben ervaringsdeskundige, mijn eigen pad is mijn grootste inspiratiebron en stelt me in staat om me in jouw situatie in te leven.

Janneke Waaning
06-37352441
www.jannekewaaning.nl



Een (prefab) mantelzorgwoning: Uw droom is zo gerealiseerd!

Als specialist in maatwerk mantelzorgwoningen bieden wij u een Solide en luxe woning die geheel op maat gemaakt kan worden. Elk detail wordt op maat gemaakt.

Solilux is gespecialiseerd in het ontwerpen en bouwen van maatwerk mantelzorgwoningen en gastenverblijven. Door samen te werken met Solilux kunt u moderne woonwensen realiseren buiten uw eigen huis, waarbij hoge bouwkwaliteit en comfort voorop staan. De woningen bieden veel licht, bewegingsvrijheid en een solide basis, wat ze een genot maakt om in te verblijven.

Een belangrijk aspect is de uitstekende prijs-kwaliteitsverhouding van de bouwwerken van Solilux. U kunt een afspraak maken voor vrijblijvend advies op locatie om uw wensen te bespreken. Of u nu

op zoek bent naar een eigentijdse zorgwoning, een luxe buitenverblijf of iets eenvoudiger, alles kan op maat worden gefabriceerd. Solilux gaat in gesprek met u om de specifieke details en wensen voor uw project te begrijpen.

Door de unieke werkwijze worden de woningen in de fabriek ontworpen en opgebouwd, wat tijd bespaart op de bouwlocatie en tegelijkertijd de kwaliteit en afwerking garandeert. Het full-service concept van Solilux zorgt ervoor dat u zich nergens zorgen over hoeft te maken, inclusief de inrichting van uw nieuwe buitenverblijf of zorgwoning.



Kijk voor meer informatie op:
www.solilux.nl



Behandeling van spataderen en anale klachten

Bij Waal Kliniek zijn wij gespecialiseerd in de diagnose en behandeling van spataderen en anale klachten. Bij ons werken deskundige chirurgen met een zeer ruime ervaring op deze gebieden.

Spataderen

Wij merken dat er aangaande spataderen veel onbekendheid is over de mogelijke klachten door spataderen. Zowel bij de consument als bij de huisarts.

Aderen in het been brengen het bloed uit het been terug naar het hart. Het bloed in deze aderen moet tegen de zwaartekracht in omhoog worden gepompt naar het hart. Kleppen in de aderen voorkomen dat het bloed terug kan stromen naar het been. Een spatader is een ader die zodanig verwijd is dat de kleppen in de ader niet meer goed werken wat tot gevolg heeft dat er bloed terugstroomt in de benen.

Spataderen zijn - in tegenstelling tot wat veel mensen denken - niet altijd zichtbaar. Het is mogelijk dat u wel klachten heeft maar de spataderen (nog) niet zichtbaar zijn. Deze 'onzichtbare' spataderen kunnen wij met onze apparatuur wel zien en goed behandelen.

Merkbare klachten zijn: Vermoeid of zwaar gevoel in de benen, pijnlijke of overgevoelige benen, jeuk, branderigheid van de benen, vocht in de benen, huidverandering aan de benen, onrustige benen of krampen in de nacht of in rust

Spataderen ontstaan geleidelijk en komen veel voor. De belangrijkste oorzaken voor de ontwikkeling van spataderen zijn: erfelijkheid, zwangerschap, leeftijd, beroep, overgewicht

Aambeien, anale jeuk, fistels of fissuren.

Anale klachten kunnen erg vervelend en pijnlijk zijn. Het is niet een onderwerp dat gezellig besproken wordt bij een borrel of vrijdagdag. Maar wel iets waar meer dan de helft van de mensen in Nederland op een bepaald moment in hun leven last van krijgt.

De oorzaak van de diverse anale klachten verschilt per klacht. Helaas is gewoon wachten tot de klachten vanzelf weggaan in de meeste gevallen geen oplossing.

Wij begrijpen dat voor u de drempel hoog kan zijn om er mee naar een arts te gaan. Bedenkt u zich dan dat het voor onze artsen een veel voorkomend probleem is waar u zich niet voor hoeft te schamen. Wij gaan hier op een professionele manier mee om. Ons advies: Doorbreek het taboe en blijf er niet mee rondlopen. Wij kunnen u helpen!

Wilt u meer informatie of heeft u vragen? Neemt u gerust contact met ons op.

Zie onze website www.waalkliniek.nl. U kunt ons bereiken via receptie@waalkliniek.nl of telefonisch via 088-26 26 800.

Sta op met Gemak in Duiven: Al jaren een begrip in de regio



De winkel is slechts geopend na het maken van een telefonische afspraak.

Betaalbare en goed onderhouden tweedehands sta-op-stoelen met garantie

Graag tot ziens bij
STA OP MET GEMAK

(op industriegebied 't Holland
vlakbij centraal Station Duiven)

www.staopmetgemak.nl
info@staopmetgemak.nl

T: 06-518 21 098

Waarom kopen bij Sta op met Gemak?

- ✓ eerlijke, transparante, vriendelijke werkwijze
- ✓ ruime keuze in kleur, materiaal & breedte
- ✓ gratis bezorging in Duiven e.o.
- ✓ vakkundige en snelle service
- ✓ door vaste kosten (huisvesting, transport, personeelsbezetting) laag te houden en scherpe inkoop kunnen we onze stoelen voor een lage prijs aanbieden

Annemiek's
Hoorstudio



Goede hoorzorg begint met luisteren.

We zijn een zelfstandig audicien die alle merken voert.
Voor ons bent u geen nummer maar een klant.
Graag maken we kennis met u.

Annemiek's Hoorstudio

Bakenbergseweg 72, 6814 MK Arnhem
026-3511612 | info@anhd.nl

www.annemiekshoorstudio.nl



BOUWBEDRIJF VAN ERP

GESPECIALISEERD IN AANBOUW

BADKAMER RENOVATIE STUCWERKZAAMHEDEN

Arnold van Erp | 06 - 22 22 99 17 | Malden/Nijmegen

WWW.BOUWBEDRIJFVANERP.NL



waardwonen

Heeft u een idee voor een fijnere buurt?

Vraag een bijdrage uit ons leefbaarheidsfonds

Heeft u een leuk idee in de buurt van onze huurwoningen?
We horen het graag!

Waar kunt u aan denken?

Dit kan van alles zijn. Als het maar zorgt voor ontmoeting, een betere leefbaarheid of fijnere uitstraling van de straat, buurt of wijk.

Denk bijvoorbeeld aan:

- een schoonmaakactie in de straat;
- het plaatsen van een bankje zodat er een plek is om een praatje te maken;
- het neerzetten van een bloembak die bewoners samen onderhouden.

Laat ons uw idee weten

Lees meer op www.waardwonen.nl/leefbaarheidsfonds



Preventieve zorg: tips en adviezen om ziekten te voorkomen door middel van gezonde levensstijlkeuzes

In een wereld waar de gezondheidszorg steeds duurder wordt en de druk op medische voorzieningen toeneemt, is preventieve zorg belangrijker dan ooit. Preventieve zorg richt zich op het voorkomen van ziekten en aandoeningen voordat ze zich voordoen, in plaats van ze te behandelen nadat ze zijn ontstaan.

Dit kan niet alleen de kwaliteit van leven verbeteren, maar ook de kosten voor gezondheidszorg aanzienlijk verlagen. Hier zijn enkele tips en adviezen om ziekten te voorkomen door middel van gezonde levensstijlkeuzes.

Een van de belangrijkste aspecten van preventieve zorg is voeding. Een gebalanceerd dieet dat rijk is aan groenten, fruit, volle granen, magere eiwitten en gezonde vetten kan helpen om tal van chronische ziekten te voorkomen. Het vermijden van bewerkte voedingsmiddelen, suikerhoudende dranken en overmatige hoeveelheden rood vlees kan ook bijdragen aan een betere gezondheid. Het is essentieel om voldoende vezels binnen te krijgen, omdat deze helpen bij een goede spijsvertering en het reguleren van de bloedsuikerspiegel. Daarnaast kunnen bepaalde voedingsstoffen zoals omega-3 vetzuren, antioxidanten en vitamines een beschermend effect hebben tegen hartziekten, kanker en andere aandoeningen.

Naast voeding speelt lichaamsbeweging een cruciale rol in preventieve zorg. Regelmatige fysieke activiteit helpt niet alleen bij het behouden van een gezond gewicht, maar verbetert ook de cardio-

vasculaire gezondheid, versterkt spieren en botten, en vermindert het risico op chronische ziekten zoals diabetes type 2 en hoge bloeddruk. Het wordt aanbevolen om minstens 150 minuten matige intensiteit of 75 minuten hoge intensiteit aerobe activiteit per week te doen, gecombineerd met spierversterkende oefeningen op twee of meer dagen per week. Een ander belangrijk element van preventieve zorg is het vermijden van schadelijke gewoonten zoals roken en overmatig alcoholgebruik. Roken is een belangrijke risicofactor voor tal van ernstige aandoeningen, waaronder longkanker, hartziekten en chronische obstructieve longziekte (COPD). Stoppen met roken kan de levensverwachting aanzienlijk verhogen en de kwaliteit van leven verbeteren. Overmatig alcoholgebruik kan leiden tot leverziekten, hartproblemen en verhoogt het risico op bepaalde soorten kanker. Het beperken van alcoholconsumptie tot matige niveaus kan deze risico's verminderen.

Stressmanagement is ook een essentieel onderdeel van preventieve zorg. Chronische stress kan bijdragen aan tal van gezondheidsproblemen zoals hartziekten, depressie en een verzwakt immuunsysteem. Technieken zoals meditatie, yoga, diepe ademhalingsoefeningen en mindfulness kunnen helpen om stressniveaus te verlagen. Het is ook belangrijk om voldoende slaap te krijgen; volwassenen hebben doorgaans zeven tot negen uur slaap per nacht nodig voor optimale gezondheid.

Regelmatige medische controles zijn eveneens cruciaal voor preventieve zorg. Door periodieke gezondheidscontroles kunnen potentiële problemen vroegtijdig worden opgespoord en behandeld voordat ze ernstiger worden. Vaccinaties spelen ook een belangrijke rol in het voorkomen van infectieziekten; zorg ervoor dat u up-to-date bent met alle aanbevolen vaccinaties.

Sociale verbondenheid mag niet worden onderschat als onderdeel van een gezonde levensstijl. Sterke sociale relaties kunnen bijdragen aan emotioneel welzijn en hebben zelfs aangetoond dat ze fysieke gezondheid bevorderen door stress te verminderen en positieve gedragingen aan te moedigen.

Tot slot is educatie over gezondheid belangrijk voor preventieve zorg. Door goed geïnformeerd te zijn over gezondheidsrisico's en preventiestrategieën kunnen individuen betere keuzes maken die hun algehele welzijn bevorderen.

In conclusie biedt preventieve zorg door middel van gezonde levensstijlkeuzes talloze voordelen die verder reiken dan alleen fysieke gezondheid; ze dragen bij aan emotioneel welzijn, sociale verbondenheid en algehele levenskwaliteit. Door aandacht te besteden aan voeding, lichaamsbeweging, stressmanagement, regelmatige medische controles en sociale relaties kunnen we niet alleen ziekten voorkomen maar ook genieten van een langer, gezonder leven.



Natuurlijke gebitsprothesen

Vrijblijvend advies, geen verwijzing nodig, direct voor u gedeclareerd



primidentes
Tandprothetische Praktijk

Paul Krugerstraat 2
6814 AS Arnhem
026 84 84 887
www.primidentes.nl
info@primidentes.nl

Reparaties

Gebitsprothese binnen 1 dag mogelijk

Nieuw: flexibele en comfortabele prothesen

Vertrouwen, vakbekwaamheid, passie

Lichaamsgerichte Therapie

Loop je vast en kom je er met praten en denken alléén niet uit?

Kom ervaren wat lichaamsgerichte therapie en coaching voor jou kan betekenen met deze kennismakingsaanbieding van vier sessies voor de prijs van drie!



Scan voor de website

Janneke Waaning

contact@jannekewaaning.nl

06-37352441

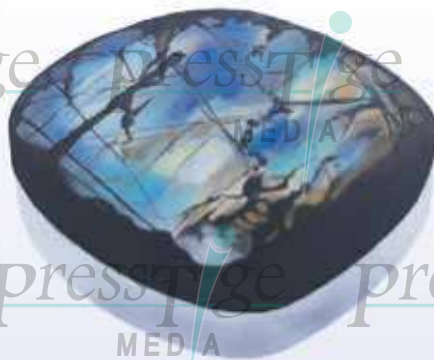
www.jannekewaaning.nl



**5,00
cadeau
op kleuren**

Bij een besteding van 40 euro. Geldig van 1 november tot 6 december 2024. Niet geldig i.c.m. andere acties.
amikappers.nl/bemmel

CRYSTAL STARS



**Edelstenen, Mineralen, fossielen,
Sieraden en boeken hierover**

Kijk op Google voor
onze actuele openingstijden

Oranjestraat 14, 6881 SE Velp

06-44 3773 28

crystalstarsvelp@gmail.com

www.facebook.com/CrystalStarS2017/

Epilepsie Vereniging Nederland

Epilepsie is een neurologische aandoening die wordt gekenmerkt door terugkerende aanvallen als gevolg van abnormale elektrische activiteit in de hersenen. Deze aanvallen kunnen variëren van korte momenten van bewustzijnsverlies tot ernstige convulsies, en ze komen vaak onverwachts. Hoewel epilepsie iedereen kan treffen, ongeacht leeftijd of achtergrond, is het goed om te weten dat er verschillende manieren zijn om deze aandoening te beheren en te behandelen.

Het begrijpen van epilepsie begint bij de basis. De hersenen communiceren via elektrische signalen, en bij iemand met epilepsie kunnen deze signalen plotseling en ongecontroleerd worden, wat leidt tot een aanval. Deze aanvallen kunnen worden veroorzaakt door verschillende factoren, waaronder genetische aanleg, hersenletsel, infecties en stofwisselingsstoornissen. Soms is de oorzaak onbekend.

Behandelingen

Gelukkig zijn er diverse behandelingen beschikbaar die mensen met epilepsie kunnen helpen een normaal en actief leven te leiden. Medicatie is vaak de eerste lijn van behandeling en helpt bij de meerderheid van de patiënten om aanvallen te verminderen of zelfs volledig te voorkomen. Voor degenen die niet goed reageren op medicijnen, kunnen alternatieve behandelingen zoals ketogene diëten, nervus vagus stimulatie of zelfs chirurgische ingrepen overwogen worden. Daarnaast is het belangrijk om een gezonde levensstijl aan te houden, voldoende slaap te krijgen en stress te verminderen, omdat deze factoren ook invloed kunnen hebben op de frequentie en ernst van aanvallen.

Epilepsie Vereniging Nederland (EVN)

Voor degenen die op zoek zijn naar ondersteuning en informatie over epilepsie, is de Epilepsie Vereniging Nederland (EVN) een waardevolle bron. Deze organisatie biedt uitgebreide informatie over de aandoening, behandelmogelijkheden en leven met epilepsie. Ze organiseren ook evenementen en bijeenkomsten waar mensen ervaringen kunnen delen en steun kunnen vinden. De EVN zet zich in voor het verbeteren van de levenskwaliteit van mensen met epilepsie en hun families door voorlichting, belangenbehartiging en onderzoek.

Epilepsie hoeft geen belemmering te zijn voor een vol en bevredigend leven. Met de juiste kennis, behandeling en ondersteuning kunnen mensen met epilepsie hun aandoening beheersen en genieten van alle aspecten van het leven. De inspanningen van organisaties zoals de EVN spelen hierbij een cruciale rol en bieden hoop en hulp aan velen die met deze aandoening leven.

Meer weten of met een bijdrage steunen?

www.epilepsie.nl



Overgang van ziekenhuiszorg naar thuiszorg

De overgang van ziekenhuiszorg naar thuiszorg is een opmerkelijke ontwikkeling in de gezondheidszorg die de manier waarop patiënten zorg ontvangen revolutioneert. In plaats van lange ziekenhuisopnames, krijgen patiënten nu de mogelijkheid om in de vertrouwde omgeving van hun eigen huis te herstellen. Dit fenomeen biedt niet alleen een verhoogde kwaliteit van leven, maar ook talloze voordelen voor zowel patiënten als zorgverleners.

Thuiszorg maakt gebruik van technologie en innovatieve zorgmodellen om patiënten de aandacht en behandeling te bieden die ze nodig hebben, terwijl ze zich omringen met hun dierbaren. Dankzij telemedicine kunnen zorgverleners op afstand monitoren en communiceren met hun patiënten, wat de zorg toegankelijker en flexibeler maakt. Hierdoor kunnen medische professionals sneller reageren op vragen en zorgen, zonder dat patiënten zich hoeven te verplaatsen. Dit leidt tot een effectievere en persoonlijke benadering van zorg, waarbij elke patiënt zich gehoord en gesteund voelt.

Bovendien kan het herstelproces in een thuisomgeving aanzienlijk sneller en comfortabeler zijn. Patiënten voelen zich vaak veiliger en meer op hun gemak binnen de muren van hun eigen woning, wat kan bijdragen aan hun algehele welzijn. Het is bekend dat de omgeving waarin iemand herstelt een aanzienlijke invloed heeft op de genezing. Thuiszorg stelt patiënten in staat om hun dagelijkse routines zo veel mogelijk voort te zetten, terwijl ze de nodige medische begeleiding ontvangen. Dit aspect bevordert niet alleen de fysieke gezondheid, maar ook de mentale gezondheid van patiënten.

Voor mantelzorgers en zorgverleners biedt deze verschuiving ook nieuwe mogelijkheden. Zorgprofessionals kunnen hun tijd effectiever indelen en de zorg afstemmen op de unieke behoeften van elke patiënt. Dit leidt tot meer betrokkenheid en betere samenwerking tussen zorgverleners, patiënten en hun families. Mantelzorgers worden ook beter ondersteund, waardoor zij een belangrijke rol kunnen spelen in het zorgproces en de kwaliteit van de zorg kunnen verhogen.

De overgang van ziekenhuiszorg naar thuiszorg is een spannende ontwikkeling die de toekomst van de gezondheidszorg vormgeeft. Door patiënten de kans te geven om te herstellen in hun eigen omgeving, kan de zorg steeds meer gepersonaliseerd en toegankelijk worden. Dit biedt hoop voor de toekomst, waar de focus op welzijn en kwaliteit van leven de boventoon voert. De zorg van morgen is niet alleen efficiënter, maar ook warmer en menselijker.



GLI GECOMBINEERDE LEEFSTIJL INTERVENTIE



WAT HOUDT HET IN:

Tijdens deze 2 jaar durende interventie word u gemotiveerd en gestimuleerd tot een blijvende gedragsverandering. Gericht op voeding, beweging, alcohol en roken, stress, vitaliteit, ontspanning, werk- en privebalans. Dit alles met als doel: blijvend gewichtsverlies en een gezondere leefstijl realiseren.

INTENSITEIT

1 intakegesprek
behandelfase (9 maanden)
8 groepsbijeenkomsten
2 individuele gesprekken
1 evaluatie gesprek
onderhoudsfase (16 maanden)
8 groepsbijeenkomsten, 2 individuele
gesprekken en een evaluatiegesprek

VOOR WIE?

personen met
een BMI > 25

MAAK EEN AFSPRAAK

100% VERGOED VANUIT
DE BASISVERZEKERING
VERWIJZING VAN DE HUISARTS VERPLICHT

Welkom bij Zinzia

De Linge Hof (Bemmel)

Oranje Nassau's Oord (Wageningen)

Rumah Kita (Wageningen)

De Rijnhof (Renkum)

Welke verpleeghuiszorg u ook nodig heeft, bij Zinzia sluiten we aan bij wie u bent. Wij geloven in de eigenheid van mensen, los van de zorg. Eigen gewoontes. Eigen bijzonderheden. Eigen dromen. Dat is wat het leven kleur geeft.

Meer weten?

Neem gerust contact op via 088 311 42 00 of zorgbemiddeling@zinzia.nl. Heeft u een indicatie vanuit de Wet langdurige zorg (Wlz)? Maak dan een afspraak voor een vrijblijvende rondleiding!



VOOR EEN LEVEN MET KLEUR

Sfeer proeven? Bezoek het restaurant in onze verpleeghuizen voor een hapje en een drankje. U bent van harte welkom!



www.zinzia.nl



Puur en lekker eten: Diëtistenpraktijk Tahnee Lifestyle

In een wereld waar voeding en gezondheid steeds belangrijker worden, biedt Diëtistenpraktijk Tahnee Lifestyle, te vinden in Bemmel, een verfrissende en holistische benadering van dieet en levensstijl. Deze praktijk, geleid door een toegewijde diëtist, focust niet alleen op wat je eet, maar ook op hoe je leeft.

De missie van Tahnee Lifestyle is het opbouwen van een persoonlijke relatie met elke cliënt, gebaseerd op vertrouwen en wederzijds respect. Hier wordt niet gesproken over strenge diëten, maar over het geleidelijk veranderen van voedingsgewoonten op een manier die comfortabel en bevredigend is voor de cliënt. De overtuiging dat voeding kan dienen als medicijn om klachten te verminderen of zelfs te voorkomen, ligt aan de basis van hun aanpak.

De visie strekt zich uit tot een samenwerking met diverse disciplines zoals chiropractors, fysiotherapeuten, huisartsen en tandartsen. Dit multidisciplinaire team benadrukt dat ware balans in het lichaam bereikt wordt wanneer voeding, beweging en geestelijke gezondheid in harmonie zijn. Tahnee Lifestyle ziet de mens in zijn geheel en streeft ernaar om elk aspect van welzijn te verbeteren.

Eerste consult

Bij een eerste consult neemt de diëtist ruim de tijd om de cliënt te leren kennen en een gepersonaliseerd behandelplan op te stellen. Dit plan is niet alleen gebaseerd op medische geschiedenis en huidige gezondheid, maar ook op persoonlijke doelen en levensstijl. Vervolgconsultaties zijn flexibel en worden aangepast aan de behoeften van de cliënt, waarbij continu evaluatie plaatsvindt om doelen bij te stellen of nieuwe informatie toe te voegen.

Tahnee Lifestyle biedt ook moderne gemakken zoals thuisbezoeken en online consultaties via Teams of telefoon, waardoor ze toegankelijk zijn voor mensen met een druk schema. Elk aspect van de dienstverlening is ontworpen met het oog op gemak en effectiviteit voor de cliënt.

In essentie is Diëtistenpraktijk Tahnee Lifestyle meer dan alleen een plek voor voedingsadvies; het is een plek waar je leert om goed voor jezelf te zorgen door middel van voeding die niet alleen goed smaakt maar ook goed doet. Voeding kan jouw medicijn zijn, om klachten te voorkomen of verminderen.

Interesse? www.tahneelifestyle.nl

De rol van de technologie in medicatietrouw

In de moderne gezondheidszorg speelt technologie een cruciale rol bij het bevorderen van medicatietrouw, en dat heeft een positieve impact op de gezondheid en het welzijn van patiënten. Het is een bekend feit dat een significant aantal patiënten zijn voorgeschreven medicatie niet goed opvolgt. Dit kan leiden tot ongewenste gezondheidsuitkomsten en verhoogde kosten voor de zorgsystemen. Gelukkig biedt de snelle ontwikkeling van technologie innovatieve oplossingen om dit probleem aan te pakken.

Een van de meest opmerkelijke ontwikkelingen zijn apps voor medicatiebeheer. Deze slimme applicaties helpen patiënten om hun medicatieschema's bij te houden en herinneringen te ontvangen wanneer het tijd is om hun medicatie in te nemen. Met gebruiksvriendelijke interfaces en mogelijkheden om doseringen en innamefrequenties aan te passen, maken deze apps het eenvoudiger om gedurende de dag georganiseerd te blijven. Ze zijn niet alleen handig voor patiënten, maar ook voor zorgverleners die zo de medicatietrouw van hun patiënten beter kunnen monitoren.

Daarnaast spelen slimme pillendozen een belangrijke rol. Deze geavanceerde dispensers zijn uitgerust met technologieën die de inname van medicatie in real-time volgen. Ze geven niet alleen een signaal wanneer het tijd is om een tablet in te nemen, maar ze registreren ook wanneer een dosis is genomen. Dit biedt niet alleen patiënten zelf, maar ook zorgverleners waardevolle inzichten in het medicatiepatroon van de patiënt, wat leidt tot gerichtere en effectievere begeleiding.

Telemedicine is een ander voorbeeld van hoe technologie de medicatietrouw bevordert. Patiënten kunnen via videoconferenties direct contact hebben met hun zorgverleners, wat hen helpt om eventuele vragen of problemen met hun medicatie direct te bespreken. Dit verlaagt de drempel voor communicatie en verhoogt de kans dat patiënten zich aan hun behandelplan houden.

Het gebruik van data-analyse en kunstmatige intelligentie in de gezondheidszorg biedt ook nieuwe mogelijkheden. Door medicatietrouwe patiëntinformatie te analyseren, kunnen zorgverleners trends identificeren en proactief ingrijpen bij patiënten die risico lopen op non-compliance.

Met de krachtige combinatie van technologie en zorginnovatie wordt medicatietrouw niet alleen haalbaarder, maar ook een stuk aantrekkelijker voor patiënten. Door gebruik te maken van deze geavanceerde middelen worden patiënten in hun kracht gezet om actief en verantwoordelijk om te gaan met hun gezondheid. Het resultaat is een gezondere, meer betrokken gemeenschap van zorggebruikers die gezamenlijk werkt aan optimale levenskwaliteit.



Behandeling van verslaving

Verslaving is een complex en ingrijpend probleem dat miljoenen mensen wereldwijd treft. Het begrijpen en behandelen van verslaving is een uitdagend proces, maar er zijn talloze oplossingen en innovatieve benaderingen die hoop bieden op herstel. De afgelopen jaren heeft de gezondheidszorg zich intensief gericht op het ontwikkelen van effectieve behandelingsmethoden, waarbij zowel de fysieke als de mentale aspecten van verslaving worden erkend.

Een veelbelovende aanpak is de combinatie van medische en psychologische behandelingen. Medicatie kan een cruciale rol spelen bij het verminderen van ontwenningsverschijnselen en het onderdrukken van verlangen, terwijl therapieën zoals cognitieve gedragstherapie de onderliggende gedrags- en denkpatronen aanpakken. Groepstherapie biedt een veilige omgeving waar mensen met gelijkwaardige ervaringen elkaar ondersteunen, wat de kans op succesvolle herstelervaringen vergroot. Het delen van verhalen schept niet alleen verbinding, maar biedt ook waardevolle inzichten in de reis van herstel.

Uitdagingen

Toch zijn er aanzienlijke uitdagingen verbonden aan de behandeling van verslaving. Een van de grootste obstakels is het stigmatiseren van verslavingsproblemen, wat kan leiden tot schaamte en terughoudendheid bij individuen om hulp te zoeken. Dit benadrukt de noodzaak van bewustwording en educatie, niet alleen in zorginstellingen, maar ook binnen de bredere samenleving. Het doorbreken van taboes en het bevorderen van open gesprekken over verslaving is essentieel voor het verlagen van de drempel om hulp te zoeken.

Individu

Daarnaast is het van vitaal belang om een gepersonaliseerde aanpak te bieden die rekening houdt met de unieke omstandigheden van elke individu. Wat voor de ene persoon werkt, kan voor een ander niet effectief zijn. Dit vraagt om meer flexibele en toegankelijke behandelingsopties, van inpatient programma's tot ambulante zorg en online therapieën.

Gelukkig staan zorgverleners tegenwoordig voor de uitdaging om steeds veelzijdigere en inclusievere programma's te ontwikkelen, waarmee ze beter kunnen inspelen op de diverse behoeften van mensen die worstelen met verslaving. Samenwerking tussen zorgprofessionals, patiënten en hun families is cruciaal voor het creëren van een solide ondersteuningsnetwerk dat het herstelproces bevordert. Deze benadering stimuleert niet alleen individuen om hun verslaving te overwinnen, maar helpt ook bij het genezen van de bredere gemeenschap. De weg naar herstel is vaak lang en vol hobbels, maar met de juiste ondersteuning en behandelingen is het absoluut mogelijk.



Het belang van gezondheidseducatie voor alle patiënten

Gezondheidseducatie speelt een cruciale rol in het bevorderen van de algehele gezondheid en welzijn van individuen. Het stelt patiënten in staat om beter geïnformeerde beslissingen te nemen over hun eigen gezondheid, wat leidt tot verbeterde gezondheidsresultaten en een hogere kwaliteit van leven.

In een tijd waarin chronische ziekten zoals diabetes, hartziekten en obesitas steeds vaker voorkomen, is het belang van gezondheidseducatie niet te onderschatten.

Een goed geïnformeerde patiënt begrijpt de aard van zijn of haar aandoening beter en is daardoor beter in staat om symptomen te herkennen, complicaties te voorkomen en de juiste behandelingen te volgen. Dit kan leiden tot een vermindering van ziekenhuisopnames en medische kosten op de lange termijn. Bovendien bevordert gezondheidseducatie zelfmanagement, waardoor patiënten meer controle krijgen over hun eigen gezondheid en welzijn.

Gezondheidseducatie kan op verschillende manieren worden aangeboden, waaronder persoonlijke consultaties met zorgverleners, groepsessies, online bronnen en educatieve materialen zoals brochures en video's. Het is belangrijk dat deze informatie toegankelijk en begrijpelijk is voor alle patiënten, ongeacht hun achtergrond of opleidingsniveau. Dit betekent dat zorgverleners duidelijke en eenvoudige taal moeten gebruiken en visuele hulpmiddelen moeten inzetten om complexe medische informatie te verduidelijken.

Daarnaast speelt gezondheidseducatie een belangrijke rol in preventie. Door patiënten te informeren over gezonde leefgewoonten, zoals een gebalanceerd dieet, regelmatige lichaamsbeweging en het vermijden van risicogedrag zoals roken en overmatig alcoholgebruik, kunnen veel gezondheidsproblemen worden voorkomen voordat ze zich voordoen. Preventieve educatie kan ook screeningprogramma's omvatten die helpen bij het vroegtijdig opsporen van ziekten, wat de kans op succesvolle behandeling vergroot.

Kortom, gezondheidseducatie is essentieel voor het empoweren van patiënten om actief deel te nemen aan hun eigen zorgproces. Het bevordert niet alleen zelfmanagement en preventie, maar draagt ook bij aan een duurzamer gezondheidszorgsysteem door het verminderen van de belasting op medische voorzieningen. Investeren in gezondheidseducatie is investeren in een gezondere toekomst voor iedereen.





Een buurtzame bank
is een vertrouwd
gezicht in de buurt.
Al 100 jaar.



Obdam Financieel Advies
Klappenburgstraat 1a
6681 XN Bemmel
T 0481 - 46 48 55
E info@obdamfa.nl
I www.obdamfa.nl

ONAFHANKELIJK advies en bemiddeling op het gebied van:
HYPOTHEKEN - VERZEKERINGEN -
(BEDRIJFS-)FINANCIERINGEN EN BANCAIRE ZAKEN
Voor zover het gaat om betaal- en spaarrekeningen werken wij
samen met RegioBank

Vraag **VRIJBlijvend** naar onze voorwaarden en tarieven.
Voor zowel nieuwbouw als bestaande bouw hebben wij
ZEER CONCURERENDE
HYPOTHEEKAANBIEDINGEN !!
Bel voor een afspraak of kom langs op ons kantoor.

RegioBank De buurtzame bank.



www.kopermaassen.nl
Nieuwe Aamsestraat 84B 6662NK Elst (Gld.)
info@kopermaassen.nl
0481-571867

de hoorwereld
beleef de wereld om u heen

Heeft u het al gehoord?
De audicien komt aan huis!

Professionele apparatuur
Alle merken hoortoestellen
De nieuwste innovatieve technieken
Vrijblijvende proefperiode
Contracten met alle zorgverzekeraars

Wil u meer informatie of vrijblijvend een
afspraak maken? Neem dan contact op
via bram@dehoorwereld.nl of 06-15931980.

Neem ook eens een kijkje op www.dehoorwereld.nl.

SOLILUX

Solilux is specialist in maatwerk (pre)mantelzorgwoningen en gastenverblijven. Door samen met Solilux uw mantelzorgwoning of gastenverblijf op maat te bouwen zijn de moderne woonwensen ook buiten uw eigen huis te vinden. De bouwkwiteit is hoog en voorziet bovendien in het comfort zoals u dit wenst! Met veel licht, bewegingsvrijheid en een solide basis die niet te vergelijken is met traditionele bouwmethoden is uw mantelzorgwoning of buitenverblijf een genot om in te verblijven.

Uddelerweg 17
8075 CG Elspeet
info@solilux.nl
0031 (0)342 23 10 13
www.solilux.nl



Aster Uitvaartzorg is een kleinschalige, betrokken uitvaartonderneming dat persoonlijke en eigentijdse uitvaarten verzorgd. Op het moment dat een donkere periode van verlies aanbreekt, willen wij deze waar mogelijk verlichten vanuit onze ruime ervaring en open blik. Er zijn geen vastgestelde protocollen, richtlijnen of gewoontes. Wat er wel is: tijd, rust en oprechte aandacht. Zo mag een uitvaart meer worden dan een afscheid alleen; een troostrijke herinnering om mee verder te kunnen gaan.

Aster Uitvaartcentra Lingewaard:

Van Wijkstraat 33
6851 GL Huissen
Telnr. 0481-766 530

www.aster-uitvaartzorg.nl

Ook als u een uitvaartverzekering heeft, kunt u kiezen voor onze dienstverlening. Neem gerust contact met ons op voor meer informatie.

Loostraat 8
6681 LA Bemmelen

Scan de QRcode
voor onze website



UW ORTHOPEDISCHE SCHOENEN
Beter, mooier en lichter van gewicht!



Wij komen **GRATIS** en vrijblijvend
AAN HUIS!

Of kom bij ons langs op het vrijdag spreekuur
in Huissen (Vroege van Tol 2)

AFSPRAAK MAKEN:
Contactformulier via
www.schoenmakeraanhuis.nl Lingewaard
of bel **+31 (0)6 14 86 66 04**



LINGEWAARD

Huissen • Bemmelen • Gendt • Angeren • Doornenburg • Haalderen