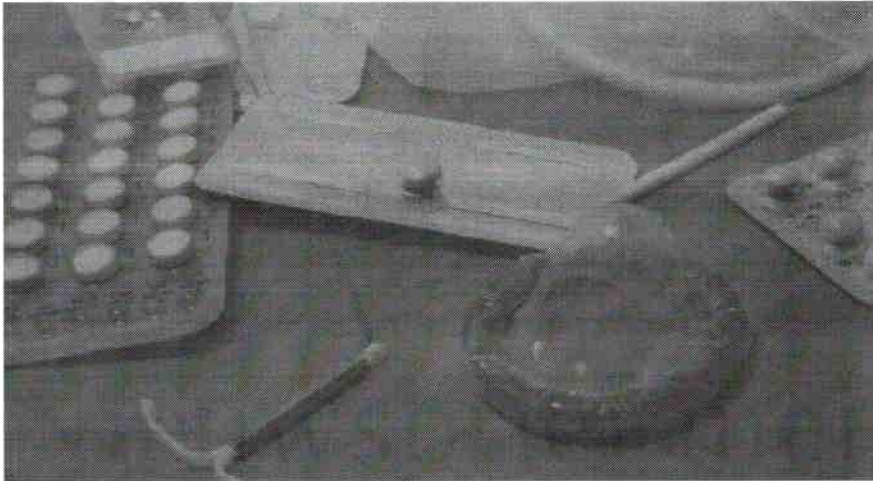


# Nieuwsbrief mei 2026

## Nieuw! Het Vrouwenspreekuur



We gaan van start met het Vrouwenspreekuur. U kunt hiervoor terecht bij Tessa. Zij begeleidt en adviseert bij verschillende klachten en vragen over de vrouwelijke gezondheid. Indien nodig overlegt zij met de huisarts of verwijst u door.

### Waarvoor kunt u een afspraak maken?

U kunt bij het vrouwenspreekuur terecht voor onder andere:

- Menstratieklachten (pijn, hevig bloedverlies of onregelmatige menstruatie)
- Overgangsklachten (zoals opvliegers, slaapproblemen of stemmingswisselingen)
- Uitleg en advies over anticonceptie
- SOA's, uitstrijkjes en spiraal verwijderen
- Vaginale klachten (zoals jeuk, afscheiding of droogheid)
- Urineverlies (incontinentie)
- Verzakkingsklachten

Twijfelt u of uw klacht geschikt is voor het vrouwenspreekuur? Neem dan gerust contact op met de praktijk, wij denken graag met u mee.



### Hoe maakt u een afspraak?

U kunt een afspraak maken via de assistente of via onze website. Geef hierbij aan dat het om het vrouwenspreekuur gaat, zodat er voldoende tijd voor u gereserveerd kan worden.

### Wist u dat:

**Maud de opleiding tot Spreekuur Ondersteuner Huisarts heeft gevolgd en u bij haar een afspraak kunt maken voor de volgende klachten:**

- Blaasontsteking
- Keelpijn, bloedneus, tand door de lip
- Acute voorhoofdsholteontsteking
- Wondzorg; brandwonden, bijtonden, traumaletsel door ongeluk
- Voetzorg; omgeslagen enkel, teen- of nagelletsel
- Netelroos/galbulen
- Insectenbeten, tekenbeten



**U online een afspraak kunt inplannen bij onze assistentes voor:**

- Injecties zoals bv. vitamine B12, prikpil, vaccinaties
- Oren uitspuiten
- Wratten aanstippen

## Griepvaccinatie dit jaar wel?



Heeft u eerder bij ons aangegeven dat u geen gebruik wil maken van de griepvaccinatie, en bent u van gedachte veranderd? Laat het ons vóór 1 juni weten via ~~mail~~ of telefoon. Dan houden wij er rekening mee in onze planning en organisatie. De uitnodiging en de datum voor de griepvaccinatie volgen na de zomer.

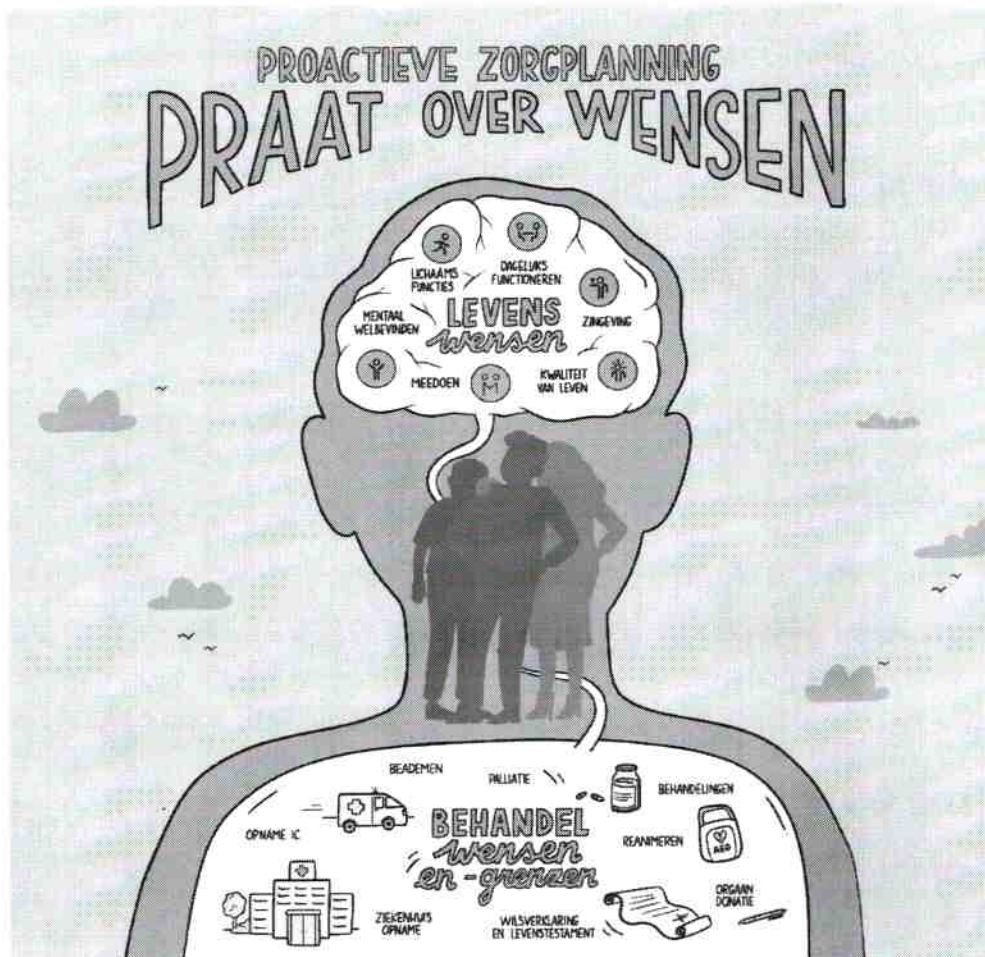
### Waarom is de griepsput van belang?

**Minder kans op ernstig ziek zijn:** Als u na de prik toch griep krijgt, bent u er meestal minder ziek van en is de kans op complicaties kleiner.

- **Bescherming van kwetsbare mensen:** Door zelf gevaccineerd te zijn, verkleint u de kans dat u het virus overdraagt op mensen in uw omgeving die een hoger risico lopen.
- **Voorkomt ziekenhuisopnames:** Bij mensen met diabetes of longziekten zorgt de prik voor minder ziekenhuisopnames.

- **Veilig en effectief:** Het is een veilige manier om de gezondheid te beschermen, waarbij de jaarlijkse samenstelling wordt aangepast aan de meest verwachte griepvirussen.

## Proactieve Zorgplanning: samen vooruitkijken



### Proactieve zorgplanning: samen vooruitkijken

Binnen onze huisartsenpraktijk vinden we het belangrijk om niet alleen zorg te bieden op het moment dat dat nodig is, maar ook om samen met u vooruit te kijken. Dit noemen we *proactieve zorgplanning*.

Proactieve zorgplanning betekent dat u, samen met uw huisarts en eventueel uw naasten, nadenkt en bespreekt welke zorg en behandeling u in de toekomst zou willen ontvangen. Dit kan bijvoorbeeld gaan over wat voor u belangrijk is als u ernstig ziek wordt, of over keuzes rondom behandelingen en kwaliteit van leven.

### Waarom is dit belangrijk?

Door tijdig uw wensen en voorkeuren te bespreken, kunnen wij als zorgverleners beter

aansluiten bij wat voor u écht telt. In situaties waarin u misschien zelf niet meer goed kunt aangeven wat u wilt, helpt het ons én uw naasten om te weten wat uw voorkeuren zijn.

### **Voor wie is proactieve zorgplanning bedoeld?**

Eigenlijk voor iedereen, maar vooral voor mensen:

- met een chronische ziekte
- op hogere leeftijd
- met kwetsbare gezondheid

Het is nooit te vroeg om hierover na te denken.

### **Wat kunt u verwachten?**

Uw huisarts of praktijkondersteuner kan het onderwerp met u bespreken tijdens een consult. Dit kan stap voor stap en in meerdere gesprekken. U bepaalt zelf wat u wel en niet wilt bespreken.

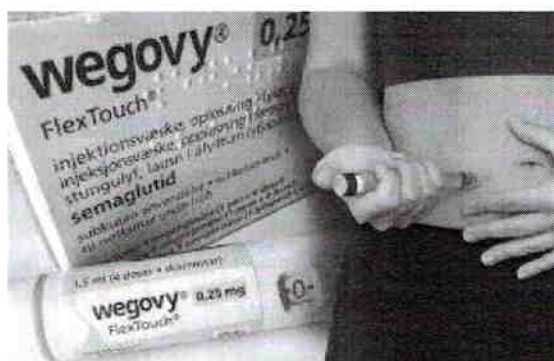
### **Wat kunt u zelf doen?**

- Denk na over wat voor u belangrijk is in het leven
- Bespreek uw wensen met uw naasten
- Schrijf eventueel uw voorkeuren op

### **Wilt u hierover in gesprek?**

Neem gerust contact op met onze praktijk. We maken graag tijd om samen met u vooruit te kijken. Samen zorgen we ervoor dat uw zorg past bij uw wensen – nu én in de toekomst.

## **Medicatie bij overgewicht?**



In de media is er momenteel veel aandacht voor nieuwe medicijnen bij overgewicht, zoals Wegovy en Saxenda. Wij krijgen hier in de praktijk dan ook regelmatig vragen over. Graag informeren wij u over ons beleid en de landelijke richtlijnen die wij hierbij volgen.

### **Wanneer komen deze medicijnen in aanmerking?**

Medicatie tegen overgewicht is geen 'wondermiddel' of een vervanging voor een gezonde

leefstijl. Wij schrijven deze middelen uitsluitend voor wanneer er sprake is van een medische indicatie.

Dit betekent dat er voldaan moet worden aan specifieke criteria wat betreft uw BMI en eventuele bijkomende aandoeningen (zoals diabetes type 2, hart- en vaatziekten of slaapapneu).

### **Voorwaarden voor vergoeding**

De zorgverzekeraar vergoedt deze medicijnen alleen als u aan strikte voorwaarden voldoet:

1. **Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI):** U bent al gestart met een GLI-traject (begeleiding door een leefstijlcoach) en volgt dit minimaal een jaar, of u heeft dit traject onlangs afgerond.
2. **Medische noodzaak:** Uw BMI is hoog genoeg (meestal boven de 35 met bijkomende klachten, of boven de 40) volgens de officiële richtlijnen.

### **Onze werkwijze**

Wij schrijven deze medicatie uitsluitend voor aan patiënten die voldoen aan deze medische criteria en vergoedingsvoorwaarden.

Wij maken hierop geen uitzonderingen, omdat medicatie alleen veilig en effectief is als onderdeel van een breder behandeltraject.

Heeft u vragen over gewichtsbeheersing of de GLI? Kijk dan op [Thuisarts.nl](http://Thuisarts.nl) of maak een afspraak op het spreekuur om uw persoonlijke situatie te bespreken.

## **Mentale klachten?**

Kijk dan eens op [Herstelacademie Roermond](http://Herstelacademie Roermond). U vindt er een uitgebreid aanbod aan cursussen en groepsactiviteiten. Voor meer grip op uw leven, voor tips en handvatten om u beter te voelen, en om steun te vinden bij anderen. Bij de Herstelacademie kunt u zelf aan de slag met uw herstel en ontwikkeling. De ervaringen van cursisten?

"Het is een veilige omgeving waarin ik mezelf mag en kan zijn."

"Ik heb nieuwe mensen leren kennen en ervaarde dat ik niet alleen ben in mijn herstel."



**HERSTEL<sup>ROERMOND</sup>  
ACADEMIE**

*Ruimte voor eigen keuzes en ontwikkeling*

## **Op reis deze zomer?**

Voor reisvaccinaties kunt u terecht bij de GGD. Maak tijdig een afspraak of kijk online naar de mogelijkheden voor een thuisvaccinatie of het Vaccinatiepunt bij u in de buurt.

### **Medicijnen mee op reis? Dat regelt u via CAK**

Gaat u op reis en heeft u bijvoorbeeld sterke pijnstillers ( opioïden ), slaapmiddelen ( benzodiazepines ) of medicijnen tegen ADHD. Kijk dan op [CAK - Medicijnen mee op reis](#) regel uw [medicijn](#)verklaring op tijd. Let op: U krijgt geen verklaring via uw huisarts.

### **Op tijd bestellen bij de apotheek**

Bestel uw medicatie op tijd en zorg ervoor dat u voldoende heeft voor de reisperiode en de week erna. Controleer de houdbaarheidsdatum voordat u op reis gaat. En vraag bij uw apotheek een overzicht van uw medicijnen; het medicijnpaspoort.

## **Personele wijzigingen**

- Waarnemend huisarts Nienke Dasselaar gaat met ingang van 12 mei 2026 met zwangerschapsverlof.
- Waarnemend huisarts Isabel... ..zal haar vervangen op....
- Tijdens de zomermaanden en op woensdagen.. ...
- Van ... tot .. juni loopt ... bij ons stage in het kader van coschap huisartsengeneeskunde. Zij zal, na uw toestemming, tijdens het spreekuur meekijken en onder begeleiding consulten voeren en verrichtingen doen.

Welkom allemaal en Nienke: een hele fijne tijd toegewenst.