



Meta Karst (l) en Trea Kuipers: 'IC-patiënten hebben vaak niet door hoe ernstig ziek ze zijn.'

Foto Frank Jeuring

'Een negatieve gebeurtenis zo goed mogelijk afsluiten'

Een opname op de Intensive Care (IC) is vaak een heel ingrijpende gebeurtenis. Niet alleen voor de patiënt maar ook voor de naasten. Om te helpen deze heftige periode een plekje te geven, houdt het WZA op dinsdag 19 november een IC-nazorgcafé in het ziekenhuis.

Een patiënt belandt niet zomaar op de Intensive Care van een ziekenhuis. Je komt er te liggen als belangrijke organen niet meer goed werken en je intensieve zorg nodig hebt. Vaak komt dit door een ernstige ziekte, een zware operatie of een ongeluk. "Bij patiënten op onze afdeling gaat het echt om leven en dood", vertellen IC-verpleegkundigen Meta Karst en Trea Kuipers.

De twee verpleegkundigen zien op hun afdeling dat patiënten en hun naasten het verblijf op de IC vaak heel verschillend beleven. De naasten maken deze heftige periode heel

bewust mee. Terwijl patiënten tijdens de opname vaak niet doorhebben hoe ernstig ziek ze zijn. "Bij hen zie je dat het besef van wat er is gebeurd, pas na de opname komt."

Leven oppakken

Een groot deel van de mensen dat op de IC heeft gelegen, kan na een tijdje het normale leven weer oppakken. Maar er zijn ook patiënten die last blijven houden van geestelijke of lichamelijke klachten. Tijdens het IC-nazorgcafé komen deze klachten aan bod. "We noemen dit ook wel het Post-Intensive Care Syndroom.

Het is in het land nog niet zo bekend, maar dit is echt een ziektebeeld en daar willen we meer bekendheid aan geven."

Meta en Trea hopen dat het IC-nazorgcafé de patiënten en naasten helpt om een heftige periode in hun leven een plekje te geven. Een arts en verpleegkundige geven uitleg over het werk op de Intensive Care, maar er is ook ruimte voor lotgenotencontact. "Uiteindelijk hopen we dat dit mensen helpt om een negatieve gebeurtenis zo goed mogelijk te kunnen afsluiten."

Het IC-nazorgcafé is op dinsdag 19 november van 19.00 tot 21.30 uur in vergaderzaal 3-4 van het Wilhelmina Ziekenhuis Assen. Aanmelden is gratis en kan door te mailen naar meta.karst@wza.nl. U mag een introducee meenemen.

Agenda

- **19 november 19.00-21.30 uur IC-Nazorgcafé**
Waar: vergaderzalen WZA
Aanmelden: meta.karst@wza.nl
- **19 november 20.00 – 21.30 uur Talkshow Dokter in de Zaal: omgaan met ziekte**
Waar: De Nieuwe Kolk (DNK)
Info: dnk.nl (zoek op 'dokter')
- **25 november 10.00 - 11.30 uur Workshop DigiVitaler: leren omgaan met MijnWZA en de BeterDichtbij-app.**
Waar: De Nieuwe Kolk (DNK)
Info: Agenda op wza.nl of (088) 012 88 88
- **26 november 19.30 uur Publiekslezing Proactieve zorg bij hartfalen**
Waar: Vergaderzalen WZA
Info: Agenda op wza.nl

 Wilhelmina Ziekenhuis Assen

Omgaan met ziekte

Als je te horen krijgt dat je ziek bent, kan dat een flinke psychische impact hebben. Sommige mensen krijgen bijvoorbeeld last van angsten, depressie of boosheid. Hoe groot de psychische gevolgen van ziekte zijn, hangt uiteindelijk van veel dingen af. Bijvoorbeeld welke ziekte je hebt, of je weer beter kan worden, maar ook hoe je zelf omgaat met het ziek-zijn.

In de talkshow van Dokter in de Zaal van 19 november gaan neuropsycholoog Alex Knipping en verpleegkundig specialist chirurgische borstkankerzorg Marja Dales dieper op dit thema in. Ze vertellen wat zij in de praktijk meemaken, hoe zij proberen om patiënten op een goede manier om te laten gaan met hun ziekte en wat je zelf kan doen. En dat is belangrijk: want hoe je ergens mee omgaat, is heel bepalend voor hoe je in je vel zit. Er is daarbij niet één goede manier, het gaat vooral ook om een manier van omgaan die bij je past.

Dokter in de zaal

Deze informatieve avond is onderdeel van de talkshowserie Dokter in de Zaal, die DNK en het WZA samen organiseren. Op zo'n avond vertellen WZA-zorgverleners in heldere taal wat het betekent als jij of je naaste een



Judith Regendorp is gastvrouw van de talkshow Dokter in de Zaal



bepaalde ziekte of aandoening krijgt. Ook is er gelegenheid om vragen te stellen.

Scan de QR-code voor meer informatie.

De volgende Dokter in de Zaal is op 21 januari 2025 en gaat over oogproblemen op latere leeftijd.

Waarom het WZA steeds digitaler werkt

Als patiënt in het WZA, merkt u dat we steeds meer gebruik maken van digitale middelen zoals het digitaal dossier MijnWZA of de BeterDichtbij-app. Uw afsprakenbrief ontvangt u bijvoorbeeld niet meer per post, maar via MijnWZA. Dit kan voor sommigen even wennen zijn, maar er is voor iedereen een oplossing.

Vorig jaar hadden we bijna 200.000 poli-afspraken in het WZA. Omdat we met elkaar ouder worden, zal dit aantal de komende jaren toenemen. Tegelijkertijd is het moeilijk om meer zorgmedewerkers te vinden. Daarom moeten we digitaler worden. Zo kunnen we snel en eenvoudig met u communiceren en u de nodige informatie geven, zonder afhankelijk te zijn van de post. Dit geeft onze medewerkers meer tijd om goede zorg te verlenen. Ook is het beter voor het milieu omdat we minder papier gebruiken.

Daarnaast krijgt u als patiënt meer controle over uw eigen zorg. U heeft toegang tot uw medische gegevens

en kunt bijvoorbeeld altijd nakijken wanneer u een volgende afspraak heeft staan.

En met de BeterDichtbij-app kunt u eenvoudig een vraag stellen op het moment dat het u uitkomt.

Wel of niet digitaal

Liever niet

We begrijpen dat niet iedereen een brief of telefoongesprek kan vervangen door digitale middelen. Daarom willen we benadrukken: als u moeite heeft met digitale vaardigheden, en geen computer of smartphone gebruikt, kunt u dit gewoon bij de balie in het WZA aangeven. U ontvangt dan uw afsprakenbrief per post en krijgt

Wilt u hulp of heeft u vragen over MijnWZA of de BeterDichtbij-app?

Neem dan contact op met onze Helpdesk:

- Telefoon: (0592) 32 55 44, op werkdagen van 13.00 tot 16.00 uur
- E-mail: digitalezorg@wza.nl

Kunt u nog niet appen of mailen, maar zou u het wel willen leren? Bij het Informatiepunt Digitale Overheid (IDO) in de bibliotheek bij u in de buurt helpen ze u graag! Ook kunnen ze u daar helpen bij het aanvragen van een DigiD of het zoeken van informatie op een website.

folders of vragenlijsten op papier. We blijven ook telefonisch bereikbaar.

Ja, graag!

Aan al onze patiënten die handig zijn met de telefoon of laptop vragen we:

- Heeft u uw 06-nummer en e-mailadres in MijnWZA al gecontroleerd?
- Heeft u bij de balie in het WZA aangegeven dat uw profiel op 'digitaal' kan staan? Dit betekent dat wij met u communiceren via de mail en de BeterDichtbij-app.




Hoewel digitalisering niet alle problemen oplost, is het een belangrijke stap naar toekomstbestendige zorg. Het stelt ons in staat om met minder mensen toch persoonlijke zorg te bieden, en draagt bij aan duurzaamheid.



Op de website van het WZA staan uitlegvideo's waarin MijnWZA uitgelegd wordt. Kijk op www.wza.nl/mijnwza.



WZA online

-  [WilhelminaZiekenhuisAssen](https://www.facebook.com/WilhelminaZiekenhuisAssen)
-  [Wilhelmina Ziekenhuis Assen](https://www.linkedin.com/company/wilhelminaziekenhuisassen)
-  [wilhelmina_ziekenhuis_assen](https://www.instagram.com/wilhelmina_ziekenhuis_assen)

www.wza.nl