



Nijkerk, 30 april 2020

Beste meneer, mevrouw,

Onze gedachten gaan naar u uit

We denken aan u, nu velen van u noodgedwongen thuis zitten en u uw familie, kennissen of vrienden minder ziet. De Corona crisis heeft een grote impact. In deze moeilijke tijd proberen we u zo goed mogelijk te helpen en contact met u te houden.

Algemene informatie en aandacht voor uw veiligheid

De huisartsenpraktijk is telefonisch goed bereikbaar. Wacht niet te lang met hinderlijke of zorgelijke klachten! Als u belt, bespreekt de assistente samen met u hoe u het beste geholpen kan worden. Dit gebeurt in nauw overleg met de huisarts. Ze geeft deskundig advies of plant u in voor een telefonische afspraak. Als het nodig is wordt u op het spreekuur gezien of vindt een huisbezoek plaats. Dit gebeurt altijd op een veilige manier. Zo nodig wordt beschermend materiaal zoals een mondkapje, witte jas en handschoenen gebruikt. Patiënten met klachten van koorts, hoesten of andere voor Corona verdachte verschijnselen worden op een apart spreekuur uitgenodigd. Dit spreekuur wordt gehouden in samenwerking met alle huisartsen van Nijkerk en is altijd op afspraak.

Sluiting röntgen en aangepaste tijden prikpunten

De röntgenafdeling van het Meander in De Nije Veste is gesloten. Alleen met een spoedaanvraag kan u terecht in Amersfoort of het St Jansdal in Harderwijk.

Het prikpunt van het Meander in De Nije Veste is in de ochtend van 08.00 u tot 12.30 u geopend.

Het prikpunt van het Saltro in gezondheidscentrum Corlaer is open van 07.00 u tot 11.00 u en van 15.00 u tot 18.00 u. Deze openingstijden kunnen wijzigen.

Medische gegevens delen: LSP Landelijke Schakelpunt

Velen van u hebben zich al aangemeld voor het Landelijk Schakelpunt (LSP). Dit betekent dat een deel van uw dossier (de belangrijkste diagnoses, uw medicijnlijst en allergieën en de laatste journalregels) wordt opengesteld. Deze informatie is alleen zichtbaar bij een bezoek aan de huisartsenpost of als u met spoed wordt opgenomen in een ziekenhuis.

Wilt u zich alsnog hiervoor aanmelden? Belt u dan met de assistente.

Let op: Uitsluitend tijdens de Corona crisis kunnen de huisartsenpost en de SEH ook een samenvatting van de medische gegevens van de huisarts raadplegen als u geen keuze hebt gemaakt. Deze maatregel is getroffen door het Ministerie van VWS.

Behandelwensen

Er is geen medicijn om Corona te genezen. Het merendeel van de zieken knapt gelukkig goed op.

Een klein deel van de Corona patiënten ontwikkelt een ernstig longbeeld. Een opname voor zuurstof met kans op langdurige beademing is dan het enige wat het ziekenhuis kan bieden. Deze opname gebeurt in volledige isolatie en de patiënt mag daar geen bezoek van familie of dierbaren ontvangen.

Niet voor iedere kwetsbare oudere is een opname in het ziekenhuis de juiste zorg. De zorg kan ook thuis goed worden georganiseerd door uw huisarts in samenwerking met de thuiszorg of mantelzorgers. U bent dan in uw vertrouwde omgeving.

Ook is er een speciaal ingerichte corona-zorgafdeling in De Pol. Soms kan een verblijf hier uitkomst bieden. Hier is het wel mogelijk, in beperkte mate, om bezoek te ontvangen.

Probeer nu alvast na te denken wat uw eigen wensen zijn en bespreek deze met uw naasten.

Bij contact met uw huisarts of praktijkondersteuner kunnen deze wensen ook besproken worden.

Nogmaals, wij leven met u mee in deze moeilijke tijd. Zorgt u goed voor uzelf en voor elkaar.

Hartelijke groeten,

Alle medewerkers van de Huisartsen van de Nije Veste

Huisartsen van de Nije Veste

Postbus 1192, 3860 BD Nijkerk

Bezoekadres: Oranjelaan 104, Nijkerk

T [033] 7210555, F [033] 7210550, www.denijeveste.nl

KvK 52098044, Bank 1189.66.812

BIJLAGE

6 TIPS VOOR MENTALE GEZONDHEID

Hoe blijft u mentaal gezond?

Dit is wat u kunt doen voor een goede daginvulling.

1. Houd uw gewone dagstructuur aan. Doe alsof het een gewone dag is.
2. Als u (vrijwilligers)werk doet of dagactiviteiten heeft, probeer deze dan zoveel mogelijk thuis te blijven doen.
3. Ook als u creatieve hobby's heeft, zoals tekenen of muziek maken, probeer hier dan thuis mee door te gaan.
4. Blijf in beweging door af te toe te wandelen, fietsen of de hond uit te laten. Houd u wel anderhalve meter afstand tot andere mensen. Ga niet naar buiten als u verkouden bent, hoest of koorts heeft.
5. Houd contact met andere mensen. Dit is nu lastiger, omdat de overheid aanraadt om aan zoveel mogelijk thuis te blijven en afstand te houden. Bellen of videobellen vormt bijvoorbeeld een goede tussenoplossing.
6. Kijk bij voorkeur niet vaker dan één keer per dag het journaal. Het is belangrijk om op de hoogte te blijven, maar het kan ook zorgen voor meer stress.

Praten over levensvragen

Het Centrum voor levensvragen Eemland: 06 - 12664381.

Geestelijk verzorgers bieden u de mogelijkheid om zorgen en levensvragen te delen. Zij zijn ook beschikbaar als u worstelt met rouw of verlies.

U kunt ook altijd de huisarts bellen voor een afspraak als u psychische hulp nodig heeft. Hij/zij kan u verder adviseren en u eventueel doorverwijzen naar de praktijkondersteuner GGZ of een andere hulpverlener.



Praktische hulp

De Mantelzorglijn is beschikbaar voor informatie over mantelzorg en het Coronavirus op telefoonnummer 030 - 7606055.

TIPS VOOR DE LICHAAMELIJKE GEZONDHEID

Wilt u graag thuis fit blijven dan kunt u bijvoorbeeld meedoen aan Nederland in Beweging op NPO1 elke ochtend om 10.15 u.



Een luisterend oor

- De Luisterlijn (0900 - 0767) is dag en nacht bereikbaar voor iedereen die behoefte heeft aan een gesprek of luisterend oor. Het lokale nummer is: 033 - 2102222.
- De ouderenbond ANBO 0348 - 466 666.
- De ouderen informatielijn KBO-PCOB 030 - 3400 600.
- Het Rode Kruis 070 - 4455 888.



Coördinatiepunt Corona Hulp gemeente Nijkerk

Samen met de gemeente en andere partijen vormt Sigma het Coördinatiepunt Corona Hulp voor Nijkerk, Nijkerkerveen en Hoevelaken. Mocht u hulp nodig hebben en dit niet zelf kunnen organiseren, dan kunt u ook met hen telefonisch **033-2474830** contact opnemen.