

H+ Mij

zorg met liefde en lef

**Neem
dit magazine
mee naar
huis!**

**Caspar raakte
ernstig gewond bij
een motorongeval**



**“Veel mensen
denken in
beperkingen,
ik denk liever in
mogelijkheden”**

**Een nachtelijke
reportage
tijdens de
opkomende
storm van de
tweede
coronagolf**



Thuiszorg die bij ú past



De 4 zekerheden van Evita Zorg

1. altijd en direct inzetbaar
2. alle zorg en ondersteuning thuis
3. vaste zorgverlener die bij ú past
4. volgens afspraak op afgesproken tijd

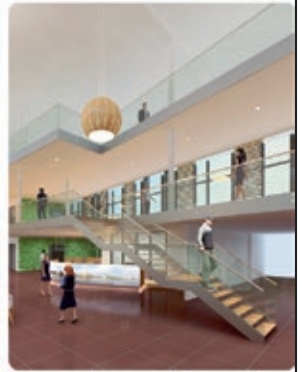
Laat ons u ook informeren over het Evita abonnement, geheugensteun of dagbesteding.

Van Alkemadelaan 309A
2597 AJ Den Haag | t 070-314 16 00
www.evitzorg.nl | info@evitzorg.nl



evita

 PRENT-LANDMAN ARCHITECTEN BNA



Project:

Vervangende nieuwbouw
van de kliniek van het HMC
Antoniushove te Leidschendam

Opdrachtgever:

HMC

Prent-Landman architecten: voor projecten op maat,
zowel exterieur als interieur, nieuwbouw en renovatie.
Een ontwerp is voor ons pas geslaagd wanneer het past
binnen zijn omgeving, het een ontwerp is waarin de
opdrachtgever zich herkent en het een gebouw is waarin
de gebruikers zich thuisvoelen.

Dokter Lelykade 16b | 2583 CM Den Haag, Nederland
T 070 350 44 50 | E architecten@prent-landman.nl

Van Dinter Den Haag BV is
gespecialiseerd in
orthopedische hulpmiddelen:

- > Protheses
- > Ortheses en braces
- > Therapeutische
elastische kousen
- > Steunzolen
- > Korsetten



Neem
vrijblijvend contact
met ons op voor het
maken van een
afspraak.

Uw klacht is onze zorg!



Van Dinter Den Haag
orthopedische instrumentmakerij

Hoofdvestiging: Elandstraat 437 | 2513 HV Den Haag
HMC Antoniushove: Burgemeester Banninglaan 1 | 2262 BA Leidschendam
Contact: 070-3453584 | info@vandinterdenhaag.nl

www.vandinterdenhaag.nl



Volg ons
nu ook op
Facebook!



**Sinds
1 juli 2020
geldt de nieuwe
donorwet.
Mensen van
binnen en
buiten het
ziekenhuis
belichten dit
actuele
onderwerp
van
verschillende
kanten.**



Pagina 30
Orgaan- en
weefseldonatie in HMC

04

Het verhaal van...

Caspar raakte
zwaargewond
bij een
motorongeluk.



+ inhoud

12

Liefde & lef

Met liefde en lef krijg je veel
voor elkaar. Van een bezoek
van de koning tot snellere hulp
aan diabetespatiënten.



16

Werken bij...

Lees de
werkervaringen
van medewerkers
in ons ziekenhuis.

15

Zichtbaar

Medewerkers,
hal van
HMC Westeinde,
dinsdagmiddag.

19

Samenwerken aan het herstel!

Verpleegkundige Daniëlle van Caspel vertelt
over de samenwerking tussen zorgprofessional
en patiënt.

20

Moeder- en Kindcentrum

HMC bouwt aan een nieuw Moeder- en Kindcentrum. Hoe dat eruit
komt te zien? (Ervarings)deskundigen aan het woord!



22

Bevallen in HMC

Verloskundige Frouke beviel van zoontje
Bodhi in haar 'eigen' ziekenhuis.

24

HMC in de nacht

In HMC gaat de zorg 24 per
dag door. Redacteur Daphne
doork de ziekenhuisnacht in.

28

Zorg met liefde en lef

Verpleegkundigen Priscilla en Marijke ondersteunen
een patiënt bij de eerste stappen uit bed.

Boekentips

In het ziekenhuis liggen, of een bekende hebben
die in het ziekenhuis ligt, is nooit leuk.
We vroegen ervaringsdeskundigen om boekentips
die hen geholpen hebben in een moeilijke tijd.

35



Tekst:
Gaby Ammerlaan

Foto's:
Esther Hessing



**“Niks is teveel moeite
voor mij, en tegelijk
is alles moeilijk”**



**“Ik sta
positief in
het leven”**

Het verhaal van...

Motorrijden gaf Caspar Prins altijd veel ontspanning. Tijdens een nachtelijke rit raakt hij op de Nieuwe Parklaan in Den Haag van de weg en belandt tegen een boom. Hij wordt met spoed overgebracht naar HMC, waar het traumateam hem op locatie Westeinde opvangt en Caspar verschillende operaties ondergaat. Bij dit ernstige ongeval raakt hij een groot deel van zijn linkerbeen kwijt. Ook loopt hij zwaar letsel op aan zijn rechterbeen, linkerarm, buik en hoofd. Ruim twee jaar later blikt hij terug op wat hem is overkomen. “Veel mensen denken in beperkingen, ik denk in mogelijkheden. Ik sta positief in het leven.”



“Wil je een kopje koffie?” vraagt de 40-jarige Caspar, als ik bij hem langs kom voor het interview in zijn benedenwoning in de Zeeheldenbuurt van Den Haag. “Als het niet te veel moeite is,” zeg ik. “Niks is te veel moeite, en tegelijk is alles moeilijk,” antwoordt Caspar monter. Deze woorden typeren meteen hoe hij in het leven staat. Caspar denkt dat je met mentale kracht ver kunt komen: “Als je in staat bent om met het instrument hersenen om te gaan, kun je beter omgaan met een situatie zoals de mijne. Mijn lichaam kan een heleboel niet, maar mijn hoofd wel. Zo heb ik leren omgaan met mijn beperkingen en kan ik de hevige zenuwpijn in mijn arm beter verdragen.”

+ Het ongeval en de eerste dagen

Caspar: “Ik weet nog dat ik de deur uit ben gegaan voor een motorrit, maar kan me niets van het ongeluk zelf herinneren. Mijn moeder zei dat de artsen me vijf dagen in coma wilden

houden, maar binnen 24 uur deed ik zelf mijn ogen open. Ik lag toen op de Intensive Care in het Westeinde en zag direct dat mijn linkerbeen eraf was, tot boven mijn knie. Een vreselijk gevoel natuurlijk. De dagen daarna heb ik niet kunnen slapen, wel muziek geluisterd.”

Caspar vertelt rustig wat hij zich nog herinnert en wat de artsen hem later over die eerste dagen hebben verteld. “Mijn blaas was gescheurd en daardoor zat er veel vocht in mijn buik. Ze dachten eerst aan hevige interne bloedingen. In die eerste dagen ben ik - geloof ik - vijf keer geopereerd. Na twee dagen werd ik met blauw (in een ambulance met zwaailichten) naar het LUMC vervoerd voor een plexus operatie aan mijn linkerarm. De zenuwen waren bij de aanhechting aan de schouder compleet afgescheurd. In Leiden zijn ze gespecialiseerd in dat soort operaties.”

+ Binnen 16 dagen de hechtingen eruit

Na de operatie bij LUMC keert Caspar terug in HMC Westeinde op de verpleegafdeling. "Van die periode herinner ik mij een aardige verpleegster die er vaak was: Lotte. Na zestien dagen was de amputatiewond dicht en konden de hechtingen eruit, dat was een record, zo snel. De artsen zeiden dat ik een sterk gestel heb. Normaal gesproken kan je daarna direct leren lopen met een prothese, maar mijn rechterknie was verbrijzeld en mijn bovenbeen gebroken, daar zat een plaat in. Dat maakte het lastig om met lopen te gaan oefenen. En ik had natuurlijk mijn linkerarm nog, die niet kon meewerken. Maar de eerste keer dat ik stappen kon zetten, had mijn traumachirurg, meneer Hoogendoorn, tranen in zijn ogen, dat vond ik wel bijzonder."



**"Als ik nog
een dag niet kwam
opdagen, haalde hij me
van mijn kamer"**

+ In de revalidatie: lotsverbondenheid

Caspar wordt overgeplaatst naar het revalidatiecentrum Basalt waar hij drie maanden intern verblijft. "Het klinkt misschien een beetje gek, maar ik heb daar ook een leuke tijd gehad. Iedereen daar heeft 'iets' en dat schept een band. De meeste mensen zijn heel sterk en positief. Ik zat daar met een Surinaamse man die twee benen miste en met hem heb ik zoveel gelachen. Als ik een keer een dag negatief was, liet hij me begaan. Maar als ik dan nog een dag niet kwam opdagen, haalde hij me van mijn kamer."

+ Verstand op nul en hardlopen

Na drie maanden Basalt moet Caspar thuis verder revalideren. Hij heeft nog een hele weg te gaan. "Ik heb altijd zwaar werk gedaan, veel met kratten gesjouwd in de slijterij waar ik vroeger werkte. Ik kon goed mijn verstand op nul zetten en gewoon 'doen'. Ik heb ook sporten beoefend zoals rugby en wilde graag weer hardlopen. Uiteindelijk is me dat na een jaar gelukt. Het zag eruit als een albatros die op wil stijgen, maar ik rende mooi wel. Heel vreemd, maar voor mijn ongeluk droomde ik vaak dat ik ergens in vast zat. Daarna droomde ik juist dat ik heel hard kon lopen, dan zag ik mezelf over de Scheveningse weg rennen. In werkelijkheid is wandelen nu net als hardlopen voor mij, omdat het zoveel moeite kost."

Caspar: "Ik heb hard moeten vechten, ook om de prothese te krijgen die ik nu heb. Pas na drie afwijzingen is de aanvraag voor een elektrische beenprothese van het type Genium toegekend door de zorgverzekering." Dat heeft



Als het thuis even niet meer gaat

Herstellen of aansterken na een ziekenhuisopname?

Of tijdelijk dicht bij huis gerichte zorg nodig?

HWW zorg helpt u er weer bovenop!

Wilt u meer weten?

Klantenservice: (070) 379 33 00

hwwzorg.nl

DICHTBIJ.
SLAGVAARDIG EN
VEELZIJDIG

HWW zorg
Haagse Wijk- en Woonzorg



Volledig herstellen na corona, begint bij Basalt

Voor mensen die na corona nog klachten ervaren biedt Basalt een volledig herstelprogramma. U komt in aanmerking voor dit programma na een ziekenhuis- of ic-opname, of als u thuis herstelde van corona en de restklachten beperken u in uw dagelijks leven. Voor revalidatie bij Basalt heeft u een verwijzing van uw medisch specialist of huisarts nodig. U vindt onze poliklinieken in of nabij de ziekenhuizen in Den Haag, Leiden, Alphen aan den Rijn, Gouda, Zoetermeer, Leiderdorp en Delft.

basalt

De kracht van revalidatie

**Wij staan
voor u
klaar**



basaltrevalidatie.nl





“Je kunt meer beïnvloeden met je hoofd dan je vaak denkt”

+ Wankel evenwicht, focus op het positieve

Ruim twee jaar na het ongeval is er sprake van een wankel evenwicht. Privé heeft Caspar het zwaar, maar liever focust hij op zijn herstel. Voor zijn linkerarm is Caspar nog onder behandeling bij het hand- en pols centrum van Basalt. Volgens specialisten zullen de zenuwen in deze arm nooit helemaal herstellen en hij heeft te leren leven met de intense pijn. Een warme sok over zijn hand helpt tegen de kou. Toch zijn er lichtpuntjes. Zo reist Caspar na onze afspraak naar een medisch technisch lab in Delft om een gloednieuw 3D geprinte spalk voor zijn linkerhand en onderarm uit te proberen.

Caspar: “Ik heb nog steeds af en toe contact met mijn artsen. Nieuwe technologie kan mogelijkheden bieden. Verder focus ik op een positieve mindset. Bepaalde dingen kun je niet begrijpen, zet je verstand op nul, en sluit jezelf af voor te veel negatieve dingen. Je kunt meer beïnvloeden met je hoofd dan je vaak denkt. Net als bij fantoompijn. Ik ga voor de spiegel staan, kijk en zeg hardop tegen mezelf: ‘Het kan niet dat dit been pijn doet, want het is er niet meer.’”

hem anderhalf jaar bloed, zweet en tranen gekost, legt hij uit. “Ik had het nodig want met de mechanische prothese was ik al een paar keer gevallen. Artsen en andere hulpverleners ondersteunden gelukkig mijn aanvraag.” Deze prothese geeft hem zoveel meer mogelijkheden. Zo kan hij nu ook de wandelingen maken in landgoed Oosterbeek, waar we na het interview de foto's maken voor dit artikel. Naast een ijzeren wil en doorzettingsvermogen kan Caspar steunen op een stevig sociaal netwerk. “Ik heb heel veel gehad aan mijn familie, maar ook aan de mensen hier in de straat. Buren komen om de zoveel tijd langs. Eén buurman vraagt altijd als hij naar de winkel gaat of hij iets voor me kan meenemen. Ik heb een eenzijdige typcursus gevolgd, zodat ik misschien iets kan doen met mijn opleiding tot vinoloog. Een fles wijn met één hand inschenken ziet er nog niet charmant uit, maar ik denk eraan om over wijn te gaan schrijven.”



+ Caspar bij Landgoed Oosterbeek, Clingendael

Caspar Prins wandelt regelmatig bij Landgoed Oosterbeek op de grens van Den Haag en Wassenaar. Hij legt uit waarom dit voor hem een speciale plek is: “Hier heb ik weer goed leren lopen. Je kunt er rondjes van verschillende lengte wandelen, perfect om te oefenen dus. Het is een prachtig bos, met allerlei soorten vogels. Er is altijd een lijster die me komt begroeten. Vaak kom ik twee zussen tegen, al wat ouder, ze hebben allebei in het onderwijs gewerkt. De ene gaf biologieles en weet van alles over de natuur. Ik kan echt ontspannen hier.”



Jochem Hoogendoorn, traumachirurg, over het verhaal van Caspar

“In HMC staat 24/7 een gespecialiseerd traumateam paraat. Het is hier van oudsher al een speerpunt. We zijn het grootste traumacentrum in de regio. Ons hele ziekenhuis ademt acute zorg.” Aan het woord is Jochem Hoogendoorn, de traumachirurg die nauw betrokken was bij het ongeval van Caspar Prins.



“Ons hele
ziekenhuis
ademt acute
zorg”



Jochem: “Ook al is het twee en een half jaar geleden, ik weet nog goed dat Caspar bij ons werd binnengebracht. Het was rond een uur of vier 's nachts. Het traumasein ging uit en ik werd gebeld, omdat ik dienst had. Hij werd bij ons binnengebracht en het was direct duidelijk dat het zeer ernstig was.”

+ Wereldwijde systematiek

Als een patiënt zoveel letsel tegelijk heeft - multitrauma - zou je bijna niet weten waar te beginnen. Traumateams hanteren gelukkig wereldwijd dezelfde systematiek, legt Jochem uit. Je behandelt eerst het meest levensbedreigende letsel en doet dat in A, B, C, D-volgorde. A staat voor Airway, B voor Breathing, C voor Circulation en D voor Disability. Hierdoor kan een traumateam heel vakkundig in de juiste volgorde gaan behandelen. Voor elk van deze letters staan specialisten rond de tafel. Daarom zijn er zoveel mensen bij betrokken als er een patiënt op de SEH (spoedeisende hulp) binnen komt met de ambulance.

Jochem licht toe hoe dit bij Caspar in zijn werk ging: “Bij het hoofd van de patiënt staan de anesthesioloog en een anesthesieassistent. Die ontfermen zich samen over de ademweg en ademhaling. In dit geval moest Caspar direct kunstmatig worden beademend, omdat hij een laag bewustzijn had. Dat kan door hersenletsel komen of door een shock als gevolg van veel bloedverlies, maar dat weten we op dat moment nog niet. Belangrijk is eerst om hem te stabiliseren door de luchtwegen te ondersteunen.”

De bloedingen en breuken - de C van Circulation - worden behandeld door de SEH-arts en/of een chirurg in opleiding en een SEH-verpleegkundige. Jochem vervolgt: “Als we weten dat iemand waarschijnlijk veel bloed heeft verloren, laten we alvast bloedtransfusies naar de SEH komen, nog voordat de patiënt binnen is. Dat was bij Caspar ook nodig. Hij had door het ongeval een amputatie opgelopen net onder de linker knie, een complexe open breuk van het rechter bovenbeen en veel vocht in zijn buik. Dit leidde tot een hoge hartslag en lage bloeddruk.”

Een neuroloog ontfermt zich tenslotte over de oorzaak van het verlaagde bewustzijn (de D van Disability). Jochem: “De neuroloog stelde bloedingen in het hoofd vast en constateerde dat de linkerarm niet functioneerde. Er is ook altijd een radioloog betrokken om bepaalde onderzoeken te kunnen doen. Groot voordeel in het Westeinde is dat het slachtoffer wordt opgevangen op de CT-scan, waardoor dit heel snel kan plaatsvinden en geen onnodige tijd verloren gaat.”

+ Stap voor stap alle letsels aanpakken

Jochem over zijn eigen rol: “Als traumachirurg stuur je het hele team van specialisten aan dat de eerste opvang op de SEH doet. Bij Caspar duurde dat ongeveer een half uur. Dan maak je samen met het team ook de afweging over de operaties die moeten volgen. Bij zo'n ernstig trauma kun je niet alle letsels in één operatie aanpakken. Dat kan een patiënt na zo'n ongeval niet aan.



We starten daarom met de meest levensbedreigende verwondingen en als de algehele toestand van de patiënt tot rust is gekomen, voeren we de vervolgooperaties uit. Bij de meeste operaties in die eerste dagen was ik zelf betrokken. Maar de behandeling van meervoudig gewonde slachtoffers is een inspanning van ons gehele team, zo ook bij Caspar. Later was ik als hoofdbehandelaar vooral betrokken bij de poliklinische begeleiding, bijvoorbeeld om te beoordelen of de botbreuken goed vastgroeiden en wanneer Caspar weer mocht beginnen met het belasten van zijn rechterbeen.”



“Caspar staat positief en sterk in het leven en is er mede daardoor beter uitgekomen dan verwacht...”

+ De traumachirurg als regisseur

Jochem: “Het mooie van mijn vak vind ik dat je niet betrokken bent bij een onderdeel van de behandeling, maar bij het hele traject: van opvang totdat iemand is uitbehandeld in het ziekenhuis. De traumachirurg zie ik daarbij als een regisseur die het totaaloverzicht heeft en samen met het team, de patiënt en zijn familie knopen door kan hakken, en vervolgens de gekozen behandeling zelf kan uitvoeren. En daarmee echt levens kan redden. Het is mij opgevallen dat Caspar altijd heel positief en sterk in het leven staat. Hij oefent dagelijks heel intensief en is er mede daardoor beter uitgekomen dan verwacht. Het ongeval was gebeurd op een plek waar ik vaak langs komt. Dit alles, vergeet je niet snel.”



**HMC:
gespecialiseerd in
ernstig
trauma**

Met een van de grootste Spoedeisende Hulpen van Nederland als entree kunnen patiënten in HMC 24 uur per dag, 7 dagen per week, terecht voor alle denkbare acute zorg. Ons HMC Traumacentrum is een Level 1 traumacentrum: hét centrum voor hoog complexe acute zorg en acute interventies op het hoogste niveau. Daar staan we om bekend.

Onze ambitie is om de komende jaren de opvang en behandeling van multitraumapatiënten uit de gehele regio verder te concentreren in HMC Westeinde. Dit willen we bereiken door de samenwerking met het Haga Ziekenhuis en het LUMC te intensiveren. Ook vergroten we bijvoorbeeld de capaciteit op onze IC door deze te verbouwen.

+ Kerncijfers HMC Traumacentrum:

- Van de 8.005 traumapatiënten die in 2019 in de regio werden opgenomen, nam HMC van alle ziekenhuizen de meeste traumapatiënten op: ca. 1900.
- Van de patiënten met meerdere letsels, een zogenaamd multitrauma, komen er 9 van de 10 terecht in een multitrauma level 1 ziekenhuis. Zoals HMC. Dit gaat bijvoorbeeld om slachtoffers van auto-ongelukken.
- HMC nam in 2019 in de regio de meeste multitraumapatiënten (zwaargewonde patiënten) op: 220.

(Bron: NAZW Jaarverslag 2019)



Hoe gaat het met Stella?



In het vorige nummer van de Jij vertelde Stella haar verhaal. In november 2019 werd ze getroffen door een beroerte. Hoe is het nu met haar? Stella schrijft:

Dit jaar is in mijn beleving super snel voorbij gegaan. Mijn herstel verloopt nog steeds in opgaande lijn. Vanaf februari heb ik samen met mijn partner Petra veel tijd besteed aan lichaamsbeweging, het opbouwen van mijn energie en uithoudingsvermogen. En in overleg met mijn behandelaars is de medicatie aangepast vanwege de bijwerkingen. Wat ik nu gebruik werkt perfect.

We hebben de huishoudelijke taken anders verdeeld. Ik geef zaken nu gemakkelijker uit handen en Petra neemt taken soepel over. We hebben meer aandacht voor een evenwichtige verdeling van werk en vrije tijd en bewaken dit ook. Ik ervaar elke dag als een kostbaar geschenk en wil er volledig van genieten. Tot slot aan een ieder: "Pluk de dag en sta stil bij wat je hebt."

Tekst: Malou Seijdel



Slaapdeskundige geeft tips voor de perfecte powernap

Even de ogen dichtdoen midden op de dag. Om vervolgens helemaal uitgerust weer aan de slag te kunnen op werk, in het huishouden of met de kinderen.

Uit verschillende onderzoeken blijkt dat een powernap positieve gezondheidseffecten heeft. Mits je het op de juiste manier uitvoert. Onze neuroloog en slaaponderzoeker Roselyne Rijsman legde onlangs op nu.nl uit hoe de perfecte powernap eruit ziet.



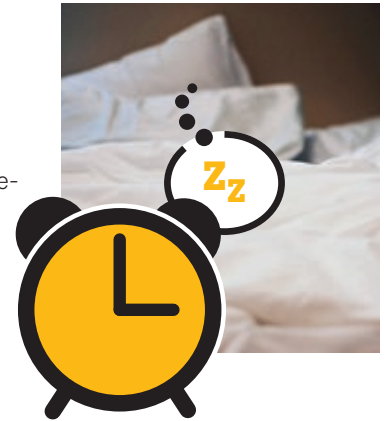
Houd je powernap op een rustige en donkere plek waar je niet gestoord kunt worden



Tussen 13.00 en 15.00 uur is het best. Na lunchtijd heeft het lichaam van nature al een energiedipje



Zet een wekker, zodat je zeker weet dat je op tijd wakker wordt



"Hoop is voor mensen met kanker de diepste wens. Geen verwachting"

Corine Nierop, verpleegkundig specialist interne oncologie bij HMC, werkt al meer dan 25 jaar met mensen met kanker.

Ze is gefascineerd door de hoop die mensen met kanker die ongeneeslijk ziek zijn hebben om hun leven te kunnen leven. "Hoop is hun diepste wens, geen verwachting", legde ze uit in een interview met het AD over

het onderwerp waarop ze promoveerde aan de Universiteit. "Het boeit me hoe mensen omgaan met de ziekte waarvan de dreiging zo enorm is. Je hebt vaak heel intensieve gesprekken."

Hoop is volgens Corine noodzakelijk om te kunnen omgaan met de situatie. "Hopen geeft mensen met kanker veerkracht en maakt dat ze kunnen genieten in het heden."



Diabetespatiënt met voetwond sneller geholpen in HMC

De Eerste Diabetische Voet Hulp (EDVH) in HMC voor diabetespatiënten met ernstige voetwonden is een succes. De wachttijden voor deze patiënten zijn afgelopen jaar aanzienlijk teruggelopen en de opnameduur is overduidelijk verkort.

“Een diabetische voet is niet direct levensbedreigend”, vertelt Daniël Eefting. Als vaatchirurg in HMC is hij initiator geweest van de EDVH en nauw betrokken bij de ontwikkelingen van de spoedpost. “Toch is snel handelen van uitermate groot belang bij dit onderschatte ziektebeeld en beloop. Time is tissue: tijd is weefsel.”



Vaatchirurg Daniël Eefting en verpleegkundig specialist Sandy Uchtmann

HMC klaar voor de toekomst!



In HMC hebben medewerkers iedere dag de drive om de beste zorg te leveren. Op een gastvrije, innovatieve manier. En met liefde en lef!

We bieden de beste medisch specialistische zorg. Nu en in de toekomst. Daar zorgen we voor met onze strategische koers ‘HMC klaar voor de toekomst 2020-2024’. Die staat op onze website.

In deze hartverwarmende video geven we een kijkje in ons ziekenhuis.

Scan de code met je telefoon om hem te bekijken ▶



Twee keer hoog bezoek aan HMC

Onze medewerkers kregen afgelopen tijd twee keer een fantastische opsteker. Eerst kwam de Haagse burgemeester Jan van Zanen langs in ons ziekenhuis. Hij stak zorgmedewerkers een hart onder de riem in deze roerige coronatijden: “Ik ben onder de indruk van de mensen die hier werken”.

En als klap op de vuurpijl bracht vervolgens koning Willem-Alexander een bezoek aan de Covid-afdeling en de afdeling radiologie, om te horen hoe het nu gaat in de zorg en hoe we onze crisisstructuur hebben georganiseerd.

Beide bezoeken waren zeer welkom in deze stormachtige tijd!

Bekijk de video van het bezoek van koning Willem-Alexander en van burgemeester Van Zanen aan HMC. ▶



Kwaliteit Respect



Heeft u zorg nodig?

Alpo zorg is een kleine organisatie voor volwassenen. Wij geven zorg aan huis met kwaliteit en een glimlach, werken met gediplomeerde zorgverleners en vinden persoonlijk contact belangrijk. Daarom werken wij met kleine teams rondom de cliënt. Dit doen wij via zorg in natura, WMO, het persoonsgebonden budget en particulier.

Wij bieden de volgende diensten:

- Verzorging
- Huishoudelijke hulp
- Verpleging
- Thuisadministratie
- Terminale zorg
- Begeleiding

Voor meer informatie: 079 - 737 02 08
of bezoek onze website: www.alpozorg.nl

Alpo zorg is een erkend leerbedrijf en lid van Zorgthuis.nl



Waar drinkt u koffie uit?



Met dit gevoel hebben Alzheimerpatiënten dagelijks te kampen.

Help Alzheimer overwinnen. Dan hoeft niemand zichzelf te verliezen.

www.alzheimer-nederland.nl




Nog één keer er samen op uit...

Stichting Ambulance Wens

Wij zijn telefonisch bereikbaar van 8.00 - 17.00 uur telefoon: 010 - 226 55 16 of 06 - 12 55 99 99.

E-mail: info@ambulancewens.nl
www.ambulancewens.nl

Stichting Ambulance Wens



Helpt wensen mogelijk maken

Stichting Ambulance Wens vervult de wensen van mensen die lijden aan een ongeneeslijke ziekte en niet lang meer te leven hebben.

Stichting Ambulance Wens verzorgt vervoer met speciaal voor dit doel ontworpen ambulances en een extra comfortabele brancard. Bij elke wens gaat ook kundig medisch geschoold personeel mee.



Volg ons ook op facebook en twitter.

facebook.com/stichting.ambulancewens.nederland
 @Stambulancewens



Tekst:
Malou Seijdel

Foto's:
Daniella van Bergen

Gezichten

Medewerkers, hal van HMC Westeinde, dinsdagmiddag



◀ Marian

"De gesprekken in mijn kapsalon op de begaande grond van HMC Westeinde gaan nu veel over corona. Tijdens de eerste piek moest ik dicht, nu (begin november) mag ik klanten gelukkig blijven ontvangen. Helaas durft niet iedereen meer te komen. Ik zeg wel eens gekscherend: ik zat eerst aan de Spuistraat, nu is het meer een spookstraat. Zo stil."



▲ Tanja

"In de keuken van Express-So bereid ik verse maaltijden. Voor bezoekers, patiënten en medewerkers. Ik kan wel zeggen dat ik een bekend gezicht ben hier. Ik word ook wel eens herkend door oud-klasgenoten of mensen van vroeger, heel leuk. Corona heeft mijn werk wel veranderd. Contacten zijn veel vluchtiger en meer gehaast dan voorheen."

Raymond ▶

"Al tien jaar werk ik als beveiligers in HMC. Ik kan mij goed inleven in bezoekers en patiënten. Ik stel ze gerust. Daar ligt mijn kracht. Emoties kunnen soms hoog oplopen, maar met praten los je vaak veel op. Dat weet ik uit ervaring."



◀ Ciska

"Ik werk al 23 jaar met veel plezier bij de inschrijfbalie van HMC. De coronacrisis maakt het persoonlijke contact met patiënten en bezoekers helaas lastiger. Wij zitten veilig achter glas, maar bezoekers en patiënten dragen allemaal een mondkapje, waardoor ik meer moeite moet doen om ze te verstaan."



Aurora ▶

"Tot voor kort had ik een bijbaan in de horeca. Nu sta ik bij de ingang van HMC Westeinde. Ik vraag bezoekers en patiënten die binnenkomen, waar ze naartoe moeten. Ook informeer ik of ze corona-gerelateerde klachten hebben. Ik wijs ze op de veiligheidsmaatregelen en zorg dat ze een mondkapje krijgen. Ik heb nog geen seconde spijt gehad van mijn carrièreswitch!"



▲ Petra

"Bij restaurant Express-so in de centrale hal kan iedereen terecht voor een frisje, een kop koffie, belegde broodjes en warme maaltijden. Sinds een jaar ben ik hier coördinator. In dat jaar is er veel gebeurd. Zo hebben we vanwege corona nu geen tafels en stoelen meer in de hal staan om aan te eten. Jammer!"

Tekst:
Nadia Gopal en
Anna Passias

Foto's:
Linda Huisinga-
Snijders en
Nadia Gopal



Geef je carrière een plus bij HMC!

Als opleidingsziekenhuis leidt HMC niet alleen medewerkers op, ook doen we onderzoek en wisselen we kennis uit met zorgverleners in de regio. We vinden het belangrijk dat onze medewerkers meedenken over de verbetering van de zorg en we investeren in werkplezier. Bij HMC zijn er veel verschillende functies en ontwikkelingsmogelijkheden. Ben jij op zoek naar een nieuwe uitdaging of ken je iemand binnen jouw netwerk die graag in het ziekenhuis zou willen werken? Lees de ervaringen van een aantal medewerkers of bekijk direct alle vacatures binnen HMC via onze website.



“Het is heerlijk om met de fiets naar mijn werk te gaan, om vervolgens na een drukke dienst weer een uurtje naar huis te rijden in de buitenlucht”



+ **Rob van Staveren,**
Radiagnostisch laborant

Geef jij je carrière een plus?

Regelmatig zijn wij op zoek naar nieuwe collega's. Bekijk ons vacatureaanbod via www.werkenbijhmczorg.nl en solliciteer direct op de vacatures voor doktersassistent, medewerker pre-analyse of radiagnostisch laborant. Wij kijken uit naar een kennismaking met jou!

+ **Waarom heb je gekozen voor HMC?**

"Ten eerste omdat het hier gewoon heel gezellig is op de afdeling radiologie! Er is een goeie teamgeest! Wat HMC voor mij ook zo interessant maakt is dat ik hier reservist ben. Deze combinatie is alleen in dit ziekenhuis in de regio mogelijk. Ik ben onder contract in het ziekenhuis en wordt uitgeleend aan Defensie. Inmiddels ben ik al twee keer op uitzending geweest, echt super gaaf! Aan de Hogeschool Inholland in Haarlem heb ik Medisch beeldvormende en radiotherapeutische technieken gestudeerd. Ik heb gekozen voor de specialisatie Radiodiagnostiek, dit past het beste bij mij. De dynamiek van de afdeling radiologie vind ik interessant. De patiënten wisselingen zijn snel, waardoor je wel patiëntencontact hebt, maar niet zo intens. Ik houd van actie en de dynamiek hier is interessant. Je weet nooit wat je tegen gaat komen en staat iedere dag op een andere kamer ingepland: CT-scan, MRI, of spoedeisende hulp."

+ **Hoe combineer je werken in het ziekenhuis met werken voor Defensie?**

"Ik ben in dienst bij HMC en mocht na mijn opleiding ook aan de slag bij Defensie. Het ziekenhuis heeft speciale afspraken met Defensie. Je krijgt eenmalig een specialistenopleiding van zes weken en daarna ga je jaarlijks op herhaling. Dat is voor mij een 'weekje buitenspelen'. Alle militaire basisvaardigheden komen dan aan bod. Per toerbeurt word je aangewezen voor een missie. Dit hoor je een half jaar tevoren, zodat je thuis en op je werk alles kunt regelen. Als je op uitzending gaat, ben je een kwartaal daadwerkelijk van de afdeling. Mijn twee missies gingen naar Somalië en Afghanistan. De missie naar Somalië was een piraterijmissie en toen heb ik op een schip gezeten. Afgelopen juni ben ik teruggekomen uit Afghanistan, waar ik twee maanden heb gewerkt als röntgenlaborant. Hier in het ziekenhuis leer je heel goed hoe je je handelingen moet doen en leer je improviseren. Al gaat dat improviseren in Afghanistan wel een tandje verder en kun je jezelf dat van tevoren niet voorstellen."

+ **Wat heeft deze ervaring je opgeleverd?**

"Het is een hele mooie aanvulling op het werk dat ik doe in het ziekenhuis. De spanning en het improviseren vind ik leuk. En daarnaast kom ik op plekken van de wereld waar je normaal gesproken nooit zou komen."

Als ik op missie ben geweest, den ik ook weer heel anders na over de gezondheidszorg in Nederland. Ik word er heel dankbaar door en realiseer mij hoe goed het hier allemaal is geregeld. Iedereen zou eens moeten zien hoe het er in andere landen in een ziekenhuis aan toe gaat."



+ **Shuretty Merencia, medewerker pre-analyse**

"Prikken, het is kunst, niet iedereen kan het. Je moet vaste handen hebben. Het zit in je vingertoppen."

Benieuwd naar de functie van medewerker pre-analyse? Bekijk de speciale landingspagina: www.werkenbijhmczorg.nl/pre-analyse

+ **Véronique van der Eerden-Groen, doktersassistent op de afdeling Plastische chirurgie**



"Elke dag leer ik en doe ik nieuwe ervaringen op. Je verricht veel medische handelingen en ondersteunt de arts nauw hierbij. De lijnen zijn kort met de plastische chirurgen. Wij werken binnen een laagdrempelig team, er is een goede sfeer en de samenwerking is goed. Dat maakt het juist zo leuk om bij HMC te werken als doktersassistent!"

Ben jij gediplomeerd doktersassistent? Bekijk dan hier onze speciale landingspagina www.werkenbijhmczorg.nl/doktersassistent



Sis Care Thuiszorg

- Huishoudelijke hulp
- Begeleiding individueel
- Persoonlijke verzorging
- Verpleging

Siscare Thuiszorg met een multiculturele sfeer,
een kleinschalige en toegankelijke
organisatie **zonder wachtlijst**.

Thuiszorg met deskundige liefdevolle zorg,
speciaal voor onze medemens.

U kunt zich aanmelden door
contact op te nemen.

Steijnlaan 190 · 2571 SB Den Haag
Tel.: 070 - 250 56 53 · info@siscare.nl

www.siscare.nl

HAPPYNURSE VINDT DAT THUISZORG BETER KAN



U kunt bij HappyNurse terecht voor begeleiding, persoonlijke verzorging, verpleging en gespecialiseerde verpleging, dementiezorg, particuliere zorg, palliatieve zorg, behandeling thuis en 24-uurszorg. **Interesse?** Neem dan vrijblijvend contact op met onze wijkverpleegkundige of vestigingsmanager. Het wijkteam zit in de kloppend hart van Den Haag. Het is een multicultureel team waardoor we met de wensen en behoeftes rekening kunnen houden.

WIJKTEAMS SCHILDERSWIJK/TRANSVAAL/LAAK/CENTRUM

Lulofsstraat 25, 2521 AK Den Haag

T 070 - 737 0385

M 06 - 24 11 96 12 (24/7 bereikbaar)

E wijkteam.denhaagcentrum@happynurse.nl

Of kijk op happynurse.nl/wijkteams



ZORG OP MAAT



ALTIJD HETZELFDE GEZICHT



RESPECT EN AANDACHT



IN DE BUURT



HOOG GEKWALIFICEERD

Happ♥Nurse
beter.

Tekst:
Daniëlle van Caspel

Foto's:
Daniëlla van Bergen



Samenwerken aan het herstel!

Daniëlle van Caspel werkt als verpleegkundige op de oncologie-afdeling van HMC Antoniushove.

Ik schrijf regelmatig over de zorg uit vervlogen tijden, dus over mijn ervaringen toen ik leerling was. Het was bijna dertig jaar geleden niet zozeer beter, maar het was wel een heel andere tijd.

Als de chirurg met zijn gevolg aan je bed stond bijvoorbeeld, deed je als patiënt wat hij opdroeg. Je stelde weinig vragen, want tja, de dokter wist het natuurlijk het beste!

En met al die witte jassen aan je bed, wat sowieso een beetje intimiderend was, vergat je als patiënt al snel wat je eigenlijk wilde vragen. Soms wist je niet eens zo goed wat je precies mankeerde. Je lag vroeger ook veel langer in het ziekenhuis voor een operatie, terwijl je tegenwoordig meestal zo weer buiten staat!

+ Respect

In het heden gaat het totaal anders. Ik bemerk bij de oudere generatie patiënten dat er nog steeds immens respect is voor de artsen, maar ze durven wél meer te vragen dan vroeger.

Patiënten zijn van tevoren goed voorlicht als zij voor een operatie komen en worden door de arts betrokken bij hun behandelplan. Ze kunnen in hun eigen (digitale) dossier kijken, mogen zelf meedenken én kunnen tegenwoordig vrijwel alle informatie op internet opzoeken.

Kortom, patiënten zijn veel meer betrokken bij hun ziekteproces. Eigenlijk heel logisch: het is immers hun eigen lichaam!

+ Mondige patiënt

Toen ik nog leerling was, herinner ik me een gesprek tussen een statige chirurg en een, voor die tijd, mondige patiënt. Deze patiënt, een garage-eigenaar, vroeg tijdens de visite iets meer informatie over zijn ziekte dan kennelijk de gewoonte was. De chirurg liet duidelijk merken hier geen zin in te hebben, maar de patiënt liet zich niet zo makkelijk afschepen.

“Luister” zei hij. “Als u uw auto bij mij brengt, wilt u toch ook duidelijk weten wat er aan mankeert?” De chirurg stond met zijn mond vol tanden, maar moest ook een beetje glimlachen. En inderdaad, de patiënt kreeg de uitleg waar hij gewoon recht op had.

Patiënten zijn tegenwoordig ook meer kritisch, juist omdat ze meer op de hoogte zijn van hun zorgproces. Ze hebben recht op kwaliteit van zorg en hebben er niet altijd een boodschap aan als het druk is en ze even moeten wachten.

+ Samenwerken

Ook ik ga tijdens mijn diensten een samenwerking aan met de patiënt. Wel wil ik zelf zoveel mogelijk de regie houden, aangezien ik degene ben die de zorg moet plannen en leveren en mijn aandacht moet verdelen. Ik kan ze niet allemaal tegelijk zorg bieden, dus probeer met de patiënt bijvoorbeeld een tijd af te spreken.

Ik verwacht iets van hen, bijvoorbeeld; uit bed gaan, genoeg drinken enzovoort, en de patiënten mogen goede zorg van mij verwachten. Samen werken of samenwerken zijn ook twee verschillende dingen. Als de patiënt aan zijn of haar herstel werkt en jij doet je eigen ding, dan is het ‘samen werken’.

Maar als je meer op elkaar afstemt en elkaar helpt dan is het ‘samenwerken’. Dit stimuleert ook het zelfvertrouwen van je patiënt!



“Samen werken of samenwerken zijn ook twee verschillende dingen”

Tekst:
Malou Seijdel

Foto's:
Daniella
van Bergen

'Het nieuwe Moeder- en Kindcentrum is dé plek voor innovatieve én persoonlijke zorg'

Zorgeloze zwangerschappen, blij baby's en gezonde kinderen. Maar ook steun en goede zorg als de zwangerschap níet vlekkeloos verloopt of als een kind ziek is. Alle aandacht voor (aanstaande) moeders en kinderen komt straks samen in een gloednieuw Moeder- en Kindcentrum (MKC) in HMC Westeinde. Naomi Nathan (clustermanager Vrouw en Kind) en medisch manager/gynaecoloog Kim Boers vertellen hoe het MKC eruit komt te zien.



De bouw van een nieuw Moeder- en Kindcentrum op HMC locatie Westeinde is afgelopen zomer van start gegaan. In dit moderne en comfortabele gebouw komt de zorg voor (aanstaande) moeders, baby's en kinderen straks zoveel mogelijk samen. Naomi Nathan en Kim Boers zijn sinds jaar en dag betrokken bij vrouw- en kindzorg in HMC. Kim vooral vóór de schermen en Naomi erachter.

Kim: "In Den Haag en omstreken kennen vrouwen mij misschien van hun bevalling. Ik werk inmiddels achttien jaar in HMC, aanvankelijk op de locatie Bronovo, sinds juni vorig jaar ben ik ook veel werkzaam op de locatie Westeinde. Bevallingen gebeuren sindsdien in het Westeinde, maar de poliklinische zorg – denk aan echo's, onderzoeken, preconceptie-gesprekken en controles – gaat in Bronovo als vanouds gewoon door. Zo houden we de zorg dichtbij voor de vrouwen van onder meer Benoordenhout, Wassenaar, Voorschoten en Voorburg-Leidschendam."

We zien en horen iedereen en geven iedereen de persoonlijke aandacht en ZORG waar iemand recht op heeft"

Naomi: "Als manager van de afdelingen Vrouw en Kind en Oncologie in het ziekenhuis sta ik niet dagelijks oog in oog met (zwangere) vrouwen, maar ik ben achter de schermen wel degelijk met hen bezig. Ik zorg er bijvoorbeeld voor dat gynaecoloog Kim en haar collega's – artsen, verpleegkundigen, verloskundigen in praktijken elders, en ga zo nog maar even door – de beste zorg kunnen verlenen die er is."

Kim: "De grootste verandering op het gebied van moeder- en kindzorg de afgelopen jaren? Dat is toch wel dat we klinische zorg rondom Verloskunde meer op één plek is gecentraliseerd: in HMC Westeinde."

Naomi: "In plaats van twee teams van verpleegkundigen en artsen op twee locaties, Bronovo en Westeinde, hebben we nu één groot gespecialiseerd team. We hebben onze krachten gebundeld en kunnen voor (aanstaande) moeders in Den Haag en omstreken daardoor nog meer betekenen. In het nieuwe Moeder- en Kindcentrum, dat rond het najaar van 2021 open zal gaan, komen al onze ambities bij elkaar. Daar kijken we naar uit!"

+ Family Integrated Care

Kim: "Met de komst van het Moeder- en Kindcentrum zetten we een stap verder richting Family Integrated Care. Oftewel: gezinsgeïntegreerde zorg. Dat houdt in dat de zorg niet alleen óver het kind en de ouders gaat, maar dat zij er actief bij betrokken worden. We willen het gezin zoveel als mogelijk bij elkaar opgenomen houden, en de ouders zelf de regie laten nemen. Dat maakt de overgang naar huis ook

vloeiender. Voorheen informeerden wij als professionals vanuit onze expertises, nu betrekken we de patiënt en familie vanaf het begin bij het proces. 'Wie wil je meenemen naar de bevalling?' 'Wat zijn de wensen rondom de zwangerschap en rondom bevallen in ons ziekenhuis?' en in het geval van oudere kinderen 'Waar heeft het kind behoefte aan?' Wij bieden objectieve informatie over de opties en behandelingen, zodat de patiënt weloverwogen beslissingen kan nemen. Denk aan pijnstilling tijdens de bevalling, of mogelijkheden op het gebied van de veiligste manier van bevallen."

Naomi: "De patiënt heeft tegenwoordig meer en meer de regie in bepaalde processen. In het nieuwe Moeder- en Kindcentrum bouwen we dat verder uit."

Eén van de dingen waar bovendien stevig op wordt ingezet in het nieuwe MKC, is de mogelijkheid tot bevallen in bad.

Naomi: "De afgelopen twee jaar is de belangstelling voor bevallingen in bad enorm toegenomen. Dat is een beetje over komen waaien uit Scandinavië en Engeland. Bevallen in bad heeft veel positieve effecten. Onlangs hebben we, naast de baden die we al hadden, een luxe, verstelbaar bad aangekocht. In het nieuwe MKC komen maar liefst zes van die baden te staan. Daarnaast hebben we ook opblaasbaden."

Kim: "En we breiden de mogelijkheid tot thuismonitoring verder uit. Zwangere vrouwen met een medische indicatie die eigenlijk moeten worden opgenomen, kunnen langer thuis blijven. Ze maken zelf, thuis, een hartfilmpje van de baby in de buik. Telefonisch hebben ze dagelijks contact met HMC-verloskundigen, die op afstand de situatie monitoren en beoordelen, in samenspraak met de arts. Dat geeft een stuk minder stress dan een opname in het ziekenhuis. Het nieuwe MKC is dé plek voor deze innovaties."

Naomi: "We ontwikkelen ons dus stevig op het gebied van innovaties, family integrated care en bevallen in bad. Maar wat net zo belangrijk is – of misschien wel het allerbelangrijkste – is dat een patiënt zich bij ons welkom voelt. Waar je ook vandaan komt, welke achtergrond je ook hebt, of wat je klacht of vraag ook is. We zien en horen iedereen en geven iedereen de persoonlijke aandacht en zorg waar hij of zij recht op heeft."

Moeder- en kindzorg in HMC bestaat uit verschillende specialismen. Zorg speciaal voor vrouwen, zorg gericht op alles omtrent zwangerschap en bevallen en zorg voor kinderen van 0 tot 18 jaar. In ons Moeder- en Kindcentrum komt straks alle klinische zorg voor moeder en kind samen in één gebouw.

Alles over moeder- en kindzorg in ons ziekenhuis lees je op onze website.

haaglandenmc.nl/specialismen/afdeling/vrouw-en-kindzorg

Op de webpagina is ook een video te bekijken over hoe en wat wanneer je kind wordt opgenomen in HMC

HMC'er Frouke werd bij haar bevalling begeleid door haar eigen collega's

Bevallen is natuurlijk sowieso al bijzonder. Maar dat HMC-medewerker Frouke Nijhof (37) haar kindje in eigen ziekenhuis – en zelfs op 'haar' afdeling – op de wereld kon zetten, maakte het dubbel speciaal. "Ik heb veel baby's geboren zien worden, maar deze mocht ik éindelijk mee naar huis nemen."

Frouke werkt sinds drie jaar in de verloskundigenpraktijk van HMC. Op de vloer als verloskundige, maar ze heeft daarnaast ook een coördinerende functie, als senior verloskundige. Met zoveel ervaring met zwangere vrouwen, bevallingen en baby's, voelt ze zich wanneer ze zélf zwanger blijkt, direct expert.

"Expert heb ik mij negen maanden lang gevoeld", vertelt Frouke. "Eigenlijk pas halverwege mijn bevalling lukte het om het los te laten: ik gaf mij over aan de deskundigheid van de mensen om mij heen en dacht zelf even níét meer als een verloskundige."

De verloskundigen en specialisten die Frouke bijstaan tijdens haar zwangerschap en bevalling, zijn geen vreemden. Frouke wordt geholpen door directe collega's. "Ja: als je bevalt op je eigen afdeling, geef je je écht bloot. Maar ik heb die keuze heel bewust gemaakt. Ik wist namelijk zeker dat ik bij hen in goede handen was. Ik vond het heel prettig om te weten dat zij mij, volgens de protocollen van HMC, zouden betrekken in beslissingen. Het motto binnen HMC is niet voor niets 'samen beslissen.'"

+ Scenario's

Precies weten hoe het er aan toe kan gaan tijdens een bevalling, heeft vóór- maar zeker ook nadelen, weet Frouke inmiddels. "Ik had al van het begin van mijn zwangerschap af aan twee scenario's in mijn hoofd: óf het zou een bevalling worden in bad, óf een bevalling waarbij ik een ruggenprik zou moeten tegen de pijn. Het werd gelukkig scenario één."

Wel moest Frouke bij 38 weken ingeleid worden, omdat het kindje in haar buik groter was dan gemiddeld. "Een 'medische bevalling', zoals we dat noemen", legt Frouke uit. "Onder begeleiding van een gynaecoloog, wederom een bekende voor mij. Ik had drie redenen om in bad te bevallen: het warme water heeft een pijnstillende werking, je kunt makkelijker bewegen en je hebt een kleinere kans op inscheuren of een knip.

+ Zelf aanpakken

Waar normaal de verloskundige bij de laatste persweeën het kindje bij het hoofdje en schouders pakt om het geboren

te laten worden, kon Frouke zélf als allereerste haar zoontje aanpakken. "Door mijn ervaring wist ik wat ik deed. Het was een hele bijzondere en fijne ervaring om Bodhi als eerste in mijn handen te hebben!"

Bodhi, een jongen met een flinke bos haar, is inmiddels negen maanden oud. Frouke is sinds drie maanden weer aan het werk in de verloskundigenpraktijk van HMC. "Ik krijg wel eens de vraag of mijn werk in het begeleiden van bevallingen anders is nu ik het zelf heb meegemaakt", vertelt ze. "Het antwoord is nee! Mijn eigen bevalling is iets moois en persoonlijks geweest. Maar ik link het totaal niet aan de bevallingen waar ik bij ben als verloskundige. Dat is een hele andere rol."

En er is nog een groot verschil! Frouke, lachend: "Van al die baby's die onder mijn begeleiding op de wereld zijn gezet, mocht ik er éindelijk eentje mee naar huis nemen."

+ Frouke en haar zoontje Bodhi



Marlou beviel van zoontje Jurre in gloednieuw bevalbad

Tijdens haar zwangerschap besluit Marlou van Nus (31) uit Voorburg dat ze, als het zover is, wil bevallen in bad. In haar omgeving heeft ze hierover fijne ervaringen gehoord, onder meer van haar zus. Uiteindelijk bevalt Marlou van haar kerngezonde zoontje Jurre in het gloednieuwe bevalbad van HMC. “Een mooie ervaring, waar ik positief op terug kijk!”

Om zich voor te bereiden op haar bevalling, bekijkt Marlou tijdens haar zwangerschap de video over bevallen in HMC op de website. Eén van de kamers in het filmpje valt haar meteen op. “Groot, mooi en zónder typische ziekenhuis TL-lichten”, omschrijft ze lachend. “En het belangrijkste: in de kamer staat een gloednieuw bevalbad. Hoewel er een kans bestaat dat de kamer bezet is als ik moet gaan bevallen, wilde ik hier voor gaan.”

Op 22 september is het zover. De weeën van Marlou beginnen en samen met haar vriend stapt ze in de auto richting HMC. Tot haar verrassing blijkt Marlous favoriete kamer vrij. “Zo fijn!”

+ Verschillende houdingen

“Gedurende de weeën kon ik lekker heen en weer lopen in de ruime, huiselijke kamer”, vertelt ze. “Toen de laatste fase begon, ben ik in het bad gaan liggen. Het warme water verzachtte bij mij direct de pijn. Ik kon verschillende houdingen aannemen: op mijn rug, zij en voorover in het bad. Het bad heeft bovendien veel handige steunpunten waardoor je met je voeten de (pers)weeën kan opvangen. Het bad zelf kan omhoog en omlaag gezet worden: prettig voor de verloskundige, vertelde ze me”

Ook het persen gaat Marlou goed af. “Door het water ben je gewichteloos, dat vond ik heel prettig.” En dan komt, in het water, na middernacht op 23 september een gezond kereltje ter wereld: Jurre. Marlou: “Door in bad te bevallen, was de overgang voor hem niet zo groot. In mijn buik zat hij natuurlijk ook in warm (vrucht)water. Bevallen in bad was dus niet alleen voor mijzelf, maar ook voor Jurre heel prettig, denk ik!”

Marlou kijkt met een glimlach terug op haar bevalling in het bevalbad van HMC. “Het ging allemaal heel voorspoedig, zonder complicaties. Het gewicht van Jurre was wat aan de lage kant toen hij geboren werd; ter controle moesten we 24 uur blijven. Maar daarna konden we lekker met zijn drietjes naar huis.”

+ Marlou en haar zoontje Jurre



Marlou en de baby maken het goed. Jurre heeft af en toe last van krampjes, maar hij groeit verder hartstikke goed, aldus zijn trotse moeder.

+ Moeder- en Kindcentrum

Er staat nu één nieuw bevalbad in HMC, maar in het nieuwe Moeder- en Kindcentrum dat rond de zomer van 2021 open gaat, komen er maar liefst zes te staan.

Meer informatie voor (aanstaande) moeders lees je op onze webpagina verloskunde op onze site haaglandenmhc.nl

HMC in de nacht

In HMC gaat de zorg 24 uur per dag door. Welke HMC-medewerkers werken in ons ziekenhuis als wij liggen te slapen? Onze redacteur Daphne bracht eind oktober 2020 samen met een fotograaf een nacht door in HMC Westeinde. Precies in de opkomende storm van de tweede coronagolf.

+ Spoedeisende Hulp | 23.15 uur 'De SEH als moederschap op de golven van corona'

Het team van de spoedeisende hulp van HMC Westeinde is in overleg met de chauffeur van de ambulance. Het is 22 oktober. In heel het land is er druk op de spoedeisende hulp posten door de toename van coronapatiënten. Ook in HMC. SEH-verpleegkundige Anne Jan: "We zien de laatste weken steeds meer Covid-verdachte patiënten. Niet alleen ouderen, ook veel jonge mensen met coronaklachten."



Op dat moment verlaat een jonge vrouw de isolatiekamer, ze is getest op corona. We weten dan nog niet dat zij als rode draad door dit verhaal over HMC in de nacht zal lopen. Alle HMC-afdelingen zijn onmisbaar en met elkaar verbonden. Met de SEH als moederschap op de golven van corona.



+ Schoonmaakdienst | 00.30 uur

Asvin heeft deze nacht dienst als coördinator van het schoonmaakteam. Door corona wordt er nu veel intensiever schoongemaakt en is het team van de nachtdienst uitgebreid. Zijn telefoon gaat. Het is de spoedeisende hulp. "Als er ergens direct gedesinfecteerd moet worden dan bellen ze ons en komen wij zo snel mogelijk," zegt Asvin. "De isolatiekamers op de SEH gaan altijd voor zodat ze veilig zijn voor de volgende patiënt. Samen lopen we naar de SEH en komen weer uit bij de kamer waar de jonge vrouw met coronaklachten



Tekst:
Daphne van den Berg

Foto's:
Remko de Waal



net is onderzocht. Asvin trekt zijn beschermende kleding aan en verdwijnt met zijn rode emmer achter de glazen deur om de kamer vakkundig te desinfecteren.

+ Covid-verpleegafdeling 01.15 uur

Geel en rood, de kleuren van corona in de nacht

Verpleegkundige Denise heeft nachtdienst op de Covid-verpleegafdeling in HMC Westeinde. De patiënten met corona slapen. De lange gang op de 10e etage is stil... Of nou ja: lijkt stil. Vuurrode lampjes lichten op in het donker. Patiënten die niet kunnen slapen. Bij elke rood lampje veren Denise en haar collega's op. Kalm en behendig schieten ze in de gele beschermende kleding, klaar om de kamer in te gaan. Geel en rood, de kleuren van corona in de nacht.

Denise werkt ook als verpleegkundige in HMC Antoniushove op de afdeling voor buikchirurgie en oncologie. Nu de tweede coronagolf in volle gang is, helpt ze haar team in HMC Westeinde. "Dit is pas mijn tweede nachtdienst op deze Covid-afdeling", vertelt Denis. De eerste keer was ik vreselijk zenuwachtig. Covid is dan ineens zo



dichtbij. Nu weet ik dat ik niet bang hoeft te zijn. Als team steunen we elkaar."

Verpleegkundige Robbert trekt nog even zijn handschoenen strak voordat hij naar een patiënt toe gaat. Een kwartier later spreken wij hem. "Niet iedereen met corona hoeft naar de IC," vertelt Robbert. Dat vergeet de buitenwereld wel eens met al die IC-beelden in de media. Robbert is sinds anderhalf jaar klaar met zijn opleiding als verpleegkundige. "Als je mij toen had verteld dat dit een onderdeel van mijn werk zou zijn, had ik je niet geloofd. Nu draai ik mijn hand er niet meer voor om. Maar het blijft voor iedereen moeilijk om te zien dat dit voor ons het 'nieuwe normaal' geworden is."



+ Klinische chemie en laboratoriumgeneeskunde 02.15 uur

"Wij zien de chemische werkingen in het lichaam"

De volgende afdeling is de Klinische Chemie en Laboratoriumgeneeskunde (KCL) op de 4e etage. In de grote helderverlichte ruimte ontmoeten we analist Elvira. Het is er sereen en stil. Heel anders dan overdag. Het lab voert ongeveer 500.000 bepalingen uit per jaar. "We staan bij de transportbuis waar dag en nacht bloed en weefselmonsters binnenkomen. In de nacht doen we alleen onderzoek voor onze eigen patiënten," legt Elvira uit. "Wij zien de



"Geel en rood, de kleuren van corona in de nacht"





Saffier

Oog voor wat telt

Snel weer thuis na revalidatie in Mechropa of Nolenshaghe



Informatie: www.saffiergroep.nl
of bel met het servicebureau 0800 7233 437

Revalideren met een programma dat is afgestemd op uw mogelijkheden. Met fysio- en ergotherapie, logopedie, dieetadvisering en activiteitentherapie in combinatie met de zorg die nodig is. Gericht op uw terugkeer naar huis.

Voor kortdurend verblijf na ziekenhuisopname zijn er op meerdere locaties eveneens mogelijkheden, ook op particuliere basis.

Revalidatie- en verpleegcentrum Mechropa
Scheveningseweg 96, 2584 AC Den Haag

Woon- en behandelcentrum Nolenshaghe
Mgr. Nolenslaan 22, 2555 XK Den Haag



Steun ons in de strijd tegen littekens!



nederlandse brandwonden stichting

www.brandwondenstichting.nl

chemische werkingen in het lichaam. De artsen gebruiken onze uitslagen voor diagnose en behandeling.”

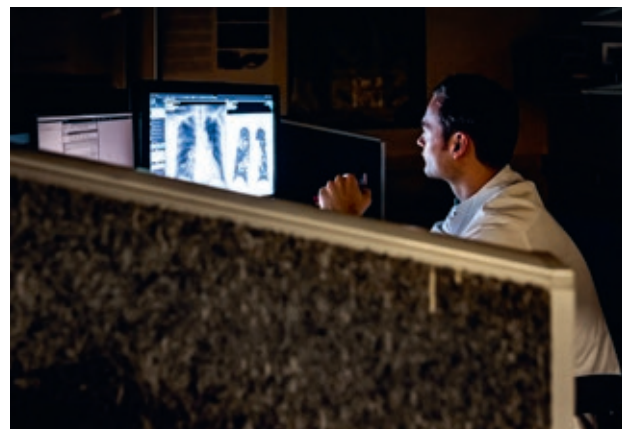
Er komt een gele koker binnen via de buizenpost. Onze spoedeisende hulp stuurt monsters in. Er zit ook een keel-neus swab tussen voor COVID-19. Zou het van de jonge vrouw zijn die we zagen op de SEH? Het monster gaat in een blauwe capsule en verdwijnt in een klein apparaat. Op het computerscherm zal straks de uitslag te zien zijn. Maar wij moeten verder. Op naar de volgende belangrijke schakel in de zorg rondom corona. De afdeling radiologie.

+ Radiologie | 2.45 uur “Ook de niet-coronazorg gaat door”

Ook op de afdeling radiologie wordt 24/7 doorgewerkt. HMC staat bekend om zijn acute neuro- en traumazorg. De medische beeldvorming is heel belangrijk voor het snel handelen van de artsen. De spoedeisende hulp heeft zelfs een verrijdbare CT-scanner op de traumakamer.

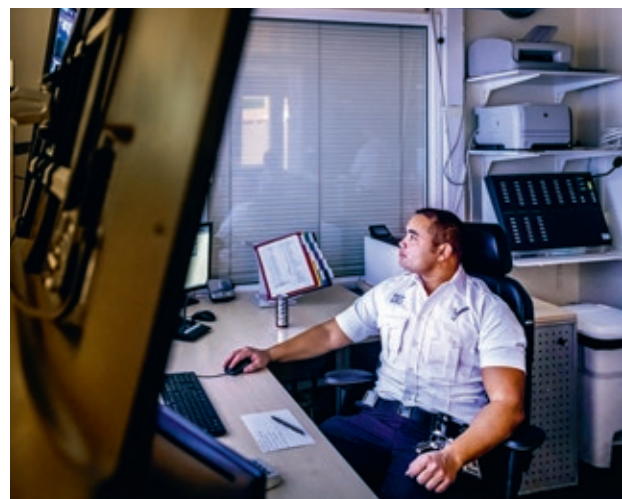


deze tweede coronagolf hebben we het superdruk met het maken van CT-scans,” vertelt Loeke. “Na elke CT-scan maken we de röntgenkamer helemaal schoon.” De foto van de longen verschijnt op de computer. Loeke en Kim herkennen een kenmerkend patroon van een longafwijking. Kim stuurt de foto door naar de dienstdoende radioloog. “Nee,” geen corona zegt de radioloog. “Dit is cardiaal, het hart.” Ja, ook de zorg voor patiënten die geen corona hebben gaat zoveel mogelijk door.



+ Beveiliging | 03.15 uur “De heli blijft kicken”

We eindigen ons nachtelijk zorgavontuur in de centrale hal bij het team van de beveiliging. Twee grote schermen lichten op in het donker. We kijken naar beelden van bijna alle ruimten in het ziekenhuis. In de linkerhoek zien we de SEH, maar het terrein buiten het ziekenhuis is ook zichtbaar. “We zorgen voor de veiligheid van patiënten en medewerkers. Bij een onveilige situatie assisteren we direct,” zegt Raymond. “Net nog op de SEH, bij een verwarde patiënt. Maar we doen meer dan alleen beveiligen. We zetten ook het traumasein uit bij een ernstig ongeval om te zorgen dat iedereen klaar staat.” Het team van de beveiliging begint te glimmen. Sinds kort komen ze ook in actie als de traumahelikopter aan komt vliegen. “Dan bedienen we de blusinstallaties op het dak. De heli blijft kicken.”



+
“Na elke **CT-scan** maken
we de röntgenkamer
helemaal schoon”

Loeke en Kim zijn op de spoedeisende hulp als we ze bellen. Ze zijn MBB'er, dat is de afkorting voor Medisch Beeldvormings- en Bestralingsdeskundige. Op de SEH is een wat oudere vrouw binnen gebracht met ademhalingsproblemen. Loeke maakt een foto van de longen. “Ook in de



Zorg met liefde en lef

Verpleegkundigen Priscilla en Marijke ondersteunen een patiënt bij de eerste stappen uit bed. Ze werken op de Neuro Care Unit, onderdeel van het HMC Neurocentrum. Op deze afdeling verblijven patiënten na een herseninfarct of hersenbloeding.



Foto:
Esther Hessing

“Zorgen jullie goed voor zijn lever?”

Patiënten en bezoekers, maar ook onze eigen medewerkers, zijn altijd even stil als ze de geel met rode orgaandonatiebusjes geparkeerd zien staan bij het ziekenhuis. De emotionele kant van orgaan- en weefseldonatie is dan plotsklaps heel zichtbaar. Je weet, er is iemand heel kort geleden overleden én er wacht iemand op een donororgaan. Het verdriet en de spanning van iedereen die betrokken is bij deze orgaandonatieprocedure, is voelbaar.

Sinds 1 juli 2020 geldt de nieuwe donorwet. Mensen van binnen en buiten het ziekenhuis belichten dit actuele onderwerp van verschillende kanten. Er is één rode draad. Of je nu kiest voor ‘ja’ of ‘nee’, donorregistratie is belangrijk. Maak je wens bij leven bespreekbaar en leg het vast.

Of je donor wordt bepaal je nog steeds zelf.



Bovenstaande

foto:

Madeleine Sars
Photography

Overige fotografie:

Esther Hessing en
Michel Groen

+ Orgaandonatie, hoe gaat dat in HMC?

Marion van der Hoeven is orgaandonatie-coördinator van het LUMC. Wanneer ons ziekenhuis een mogelijke donor heeft, dan neemt het team op de intensive care van HMC contact met haar op. Marion komt dan direct na dit overleg naar ons ziekenhuis.



“De familie moet bezig kunnen zijn met afscheid nemen”

“De artsen van HMC doen het donatiegesprek met de familie,” legt Marion uit. “Geeft de familie toestemming of stemmen ze in met de wens van hun nabestaande, dan begeleid ik het donor-ziekenhuis bij alle medische stappen die volgen. Ik zorg ervoor dat de familie goed wordt geïnformeerd en voortdurend op de hoogte is van wat er gaat gebeuren.”

Marion over de nieuwe donorwet: “Wanneer je je keuze niet registreert dan staat er ‘geen bezwaar’ in het donorregister. Wees je hiervan bewust. Je nabestaanden horen dan op het allermoeilijkste moment in hun leven dat er geen beslissing is genomen. Je ziet nabestaanden hier echt mee worstelen. Terwijl ze juist bezig moeten zijn met afscheid nemen.

“Van alle patiënten die hun wens niet hebben geregistreerd zegt meer dan 60% van de familie ‘doe dan maar niet’. Als hij het had gewild dan had hij het wel geregistreerd.”

+ Iedere orgaan in een apart auto

Marion vervolgt: “Mensen vragen altijd aan mij waarom er veel orgaandonatie-wagens staan bij het ziekenhuis. Dat is omdat ieder orgaan in een aparte auto wordt vervoerd. De organen hebben allemaal een andere bestemming.”

Marion is ook betrokken bij de operatieprocedure, ze overhandigt na de donoroperatie het orgaan aan de chauffeurs. Marion: “Ik ben alleen betrokken aan de donorkant en weet nooit naar wie persoonlijk het orgaan gaat. We willen zo integer mogelijk zijn.”

“De chauffeurs worden soms aangesproken door de familie. Dat is moeilijk maar vaak krijgen ze hele positieve reacties, ‘zorg goed voor zijn lever’ horen ze dan.”



+ De nieuwe donorwet

Vanaf 1 juli 2020 geldt de nieuwe donorwet. Met deze wet komt iedereen in Nederland vanaf 18 jaar in het Donorregister. Wie niet zelf een keuze over donatie vastlegt, komt dan met 'geen bezwaar' in het Donorregister. Je moet hier dus over nadenken. Maar hoe maak je een goede keuze? Op de website www.transplantatiestichting.nl vind je belangrijke vragen en antwoorden over orgaan- en weefseldonatie. Meer informatie is ook te vinden op www.rijksoverheid.nl.

+ Orgaandonatie en religie

Doneren en geloven kunnen goed samengaan. Binnen de meeste godsdiensten of levensovertuigingen is orgaandonatie toegestaan. Twijfel je of sta je voor dilemma's? Bespreek dit dan met bijvoorbeeld je dominee, de imam, pandit of een priester. Voor geloofsvragen rondom orgaandonatie kun je ook contact opnemen met de dienst geestelijke verzorging in HMC.

+ De Donatiecoördinator

Veel mensen hebben vragen over orgaan- en weefseldonatie. Daarom werken er bij HMC donatiecoördinatoren, zoals Jacqueline Bok. Je kunt bij haar terecht als je vragen hebt over orgaan- en weefseldonatie via donatiecoordinator@haaglandenmc.nl. De donatiecoördinatoren geven daarnaast scholing aan verpleegkundigen en artsen en zien toe op een juiste uitvoering van de donatieprocedure.

Wist je dat?

+ 1 op de 200

Wist je dat de kans dat iemand na zijn of haar overlijden een orgaan-donor kan zijn maar 1 op de 200 is? De reden hiervoor is dat een orgaandonor altijd op een intensive care van een ziekenhuis moet overlijden en beademd moet worden. Daarnaast moeten de organen nog geschikt zijn om te transplanteren.

+ HMC

Wist je dat in de afgelopen 5 jaar:

- Er gemiddeld 253 orgaandonoren in heel Nederland per jaar zijn.
- Er gemiddeld 10 orgaandonoren in HMC per jaar zijn.

+ Zelfstandige Uitname Teams

Wist je dat wij in ons ziekenhuis niet zelf de donoroperaties doen? Voor alle Nederlandse ziekenhuizen zijn Zelfstandige Uitname Teams (ZUT's) 24/7 beschikbaar voor de donoroperatie van de organen. Een team bestaat uit twee chirurgen, waarvan één gespecialiseerde uitname chirurg, een anesthesioloog, een anesthesiemedewerker, twee OK-assistenten en een orgaandonatiecoördinator. De speciale ZUT-bus is volledig uitgerust met alle materialen die nodig zijn voor de donoroperatie. Het donor-ziekenhuis hoeft alleen een operatiekamer beschikbaar te stellen. Na de operatie worden de organen verpakt en razendsnel vervoert naar het transplantatiecentrum.

+ Lot, de toekomst heeft een staartje

Wist je dat er op initiatief van Jacqueline Blok, donatiecoördinator in HMC een boekje over orgaandonatie is gemaakt? Jacqueline heeft schrijfster Frieda de Haan benaderd om samen een boek te schrijven voor jonge kinderen waarvan één van de ouders op de IC komt te overlijden en organen doneert. In dit boek, Lot genaamd, komt een muis Chris voor, die aan kinderen vertelt, hoe het gaat op de IC. Voor dit boekje is al veel vraag naar van ziekenhuizen, die dat in die situaties gebruiken. De kans bestaat dat Frieda zelf een donorhart nodig heeft. Frieda: "Een nieuw hart gaat ongeveer veertien jaar mee. Ik voel mij goed, dus ik stel het voorlopig zo lang mogelijk uit."

Het boek is te bestellen bij www.graviant.nl



Met passende zorg, langer zelfstandig en thuis bij Oldael



Zorggroep Oldael beheert twee woonzorgcentra in goede wijken in Den Haag, met ruime appartementen, een eigen keuken en begeleiding, zorg en verpleging op maat. U bent van harte welkom voor een rondleiding in **Aelbrecht van Beijeren** (Benoordenhout) en **Oldeslo** (Duttendel).

Bel voor een afspraak of meer informatie met onze cliëntadviseur op **06 - 463 414 91**

www.oldael.nl



Stichting Eykenburg

Zorg- en dienstverlening voor ouderen



Herstellen na een ziekenhuisopname?



Een deskundig team van Stichting Eykenburg werkt samen met u aan uw herstel, zodat u weer snel terug kunt keren naar uw thuissituatie.

Heeft u ondersteuning of zorg aan huis nodig? Ook dan zijn wij er voor u!

Benieuwd naar wat wij voor u kunnen betekenen? Neem dan contact op via 070 - 750 70 00.

Meer informatie 070 - 750 70 00 | www.eykenburg.nl



Welkom bij Vegro

Vegro is het Expertisecentrum voor hulpmiddelen. Bij ons kan je terecht voor het lenen, huren en kopen van hulpmiddelen en voor advies over hoe je zo lang mogelijk comfortabel kunt leven.

→ Kijk voor een Vegro Thuiszorgwinkel bij jou in de buurt op vegro.nl/onzewinkels.

Langskomen in de winkel niet mogelijk? Onze woonconsulent komt graag bij jou thuis om hulpmiddelen te demonstreren. Bel daarvoor **0900 - 2 88 77 66**, of kijk op vegro.nl.

2007-01-f

vegro.nl • Expertisecentrum Hulpmiddelen • **0900 - 288 77 66**

De ontvanger

"Ik heb maar 4 maanden hoeven te wachten op een nieuwe lever, er zat een engel op mijn schouder." Mariëtte Wapenaar is medisch psycholoog in HMC. Door een chronische leverziekte stond ze op de wachtlijst voor orgaantransplantatie. Nu geeft ze de training 'Communicatie rond Donatie' van de NTS voor HMC-medewerkers en in andere ziekenhuizen. Ze traint zorgverleners om het donatiegesprek te voeren met de familie. Mariëtte weet uit de praktijk hoe belangrijk het is dat je je keuze bij leven vastlegt: "Niet alleen voor je nabestaanden maar ook voor de artsen en verpleegkundigen in het ziekenhuis. Het gaat hierbij niet of je voor of tegen orgaandonatie bent maar dat je naasten weten wat je bewuste keuze is. Maak het bespreekbaar. De nieuwe donorwet zorgt voor duidelijkheid. Voor familie én voor artsen."



**"Er zat een engel
op mijn schouder"**



De donatie-intensivist

"Goede patiëntenzorg is ook aandacht hebben voor orgaan- en weefseldonatie in de laatste levensfase. Het gaat namelijk om de wens van de patiënt om te doneren en deze wens is tijdens het leven vastgelegd", vertelt Dirk Jan Versluis, donatie-intensivist in HMC. Op de intensive care is het belangrijk om te weten of een patiënt een geregistreerde donatiewens heeft als het duidelijk is dat verdere medische behandeling niet meer zinvol is. Het steunen bij het omgaan met emoties naast goede uitleg over de orgaandonatieprocedure zijn vaak zware en intensieve uren. Maar belangrijk is om je te blijven realiseren dat het de wens is van de patiënt om na zijn overlijden nog andere ernstig zieke mensen te kunnen helpen en hun leven te verbeteren."



**"Het is de wens
van de patiënt"**



De IC-verpleegkundige

Connie Duurkoop is IC-verpleegkundige in HMC. Door haar werk op de intensive care maakt ze het emotionele moment van het begin van de orgaandonatieprocedure van heel dichtbij mee. Ze staat letterlijk naast de familie. "Het is ook een mooie kant van mijn werk als verpleegkundige. Je vecht voor je patiënt maar ik kan ook na het overlijden van betekenis zijn voor de familie. Het voelt eervol om in deze laatste fase de nabestaanden bij te staan en de patiënt goed te verzorgen."



**"Het voelt eervol om in deze fase
de familie bij te staan"**





Jullie boekentips

Welk boek heeft jou geholpen tijdens je ziekte of herstel en zou je willen aanraden? Of werk je in de zorg en weet jij ook een mooi boek? Vertel het ons.

Deze vraag hebben wij gepost op onze Facebook pagina van HMC. Bedankt voor al jullie persoonlijke boekentips en verhalen. Een greep uit de inzendingen.

Bondgenoten

Autobiografie van een immuuncel van Henk Fransen

"Mijn dochter is dit jaar op 19 juni overleden. Aan dit boek heeft ze heel veel steun gehad. Ze heeft het wel een keer of vier gelezen. Door haar enthousiasme is ook haar oncoloog het boek gaan lezen."



♥
Sjanie

De meeste mensen deugen

van Rutger Bregman

"Gewoon omdat je daar een goed gevoel van krijgt en weer een beetje vertrouwen in de mensheid. Ik werk bij de GGD en zie dus veel van de maatschappelijke impact van Corona via mijn werk. Bovendien merk ik aan mezelf én aan mijn gezinsleden (waaronder twee pubers) dat het soms lastig is om positief te blijven in deze moeilijke tijden."



♥
Janine

Grote boom is ziek

van Nathalie Slosse

"Tijdens het korte ziekbed van mijn vader heb ik het boek: grote boom is ziek veel voorgelezen aan mijn



kinderen. Een fijn boek om alles bespreekbaar te maken. Ook de moeilijke onderwerpen, zoals het kaal worden en dat het soms niet altijd goed afloopt, komen aan bod."

♥
Connie

♥
Danja

Mijn kankermarathon

van Mirjam Graat

"Het boek van Mirjam heeft mij laten inzien dat mijn ziekteverleden er mag zijn en dat het invloed mag hebben of niet... alles is eigenlijk prima. Dit was voor mij een eye-opener en een opluchting, het biedt een nieuw perspectief."



Echte dokters huilen ook

van Warner Prevo

"Dit boek is zo puur, rauw, eerlijk en oprecht, ik heb het aan één stuk door uitgelezen en zelfs aan mijn behandelaars uitgeleend. Warner raakt precies de goede snaar voor mij."



♥
Hélène

Jij is het magazine voor patiënten, bezoekers en relaties van HMC dat twee keer per jaar verschijnt.



Concept, redactie en eindredactie

afdeling communicatie HMC

Fotografie

Daniella van Bergen
Esther Hessing
Linda Huisinga
Beemflights,
Nadia Gopal
Madeleine Sars,
Remko de Waal
Michel Groen



Uitgeverij

BC Uitgevers bv
Postbus 416
8600 AK Sneek
T 0515 429 429
administratie@bcuitgevers.nl

Vormgeving/opmaak

Hannique de Jong

Bladmanagement

Digna Schoonen

Advertentieverkoop

Digna Schoonen
T 06 442 099 10
Barbara Verschoor
T 06 455 766 70

Druk

Scholma Druk
Bedum

Oplage

7000 exemplaren

ISSN: 2666-3430

Het is niet toegestaan om de inhoud van deze uitgave geheel of gedeeltelijk, in welke vorm dan ook, over te nemen, te vermenigvuldigen, te distribueren of openbaar te maken zonder de voorafgaande schriftelijke toestemming van HMC.

Tips?

redactie@haaglandenmc.nl



Volg ons ook op onze website, Facebook, Twitter en Instagram



RUIMTE VOOR ZORG

Residence Haganum biedt aan ouderen die zorg behoeven een (tijdelijk) thuis met hoogwaardige zorg en service in het centrum van Den Haag. Bijzonder is dat wij ons hierbij op de brede groep ouderen richten. Residence Haganum selecteert niet op de oorzaak/reden van de zorgvraag. De bewoner kiest zélf voor Residence Haganum.

Wil je meer te weten komen over Residence Haganum of Valuas Zorggroep? Wij staan je graag te woord.

www.residencehaganum.nl | 070 - 31 849 00 | info@residencehaganum.nl
Tasmanstraat 188-1, 2518 VT Den Haag

“Aandacht en professionaliteit hand in hand.”



Premie 2020
€ 118,- per maand

Eigenzinnig. Voorop lopen voor goede zorg.
Vechten voor een eerlijk systeem. Voor iedereen.
Eén polis, één premie. Dat is wat DSW kenmerkt.
Liever principieel dan commercieel.

DSW
zorgverzekeraar



**KLANTVRIENDELIJKSTE
VERZEKERAAAR VAN
NEDERLAND**

Meer informatie? www.dsw.nl