



Beste lezers,

Hierbij willen wij u graag informeren over diverse zaken betreffende onze drie praktijken in de Enk. We hopen dat u tijd zult hebben/nemen om deze nieuwsbrief te lezen.

In de praktijk van dokter Ouwerkerk, heeft huisarts in opleiding Annouk Koopman in augustus afscheid genomen. In september hebben zij en haar man hun zoontje Fedde mogen verwelkomen. Het gaat heel goed met hun. Per 1 december is als nieuwe huisarts in opleiding voor haar derde en laatste jaar bij ons gestart: dokter Lois van den Berg. Zij stelt zich zelf aan u voor. De huisartsen in opleiding worden altijd gesuperviseerd door één van onze huisartsen.

Per 1 september zijn dokter Morgenstern en dokter Ouwerkerk ook gestart met het opleiden van een Physician Assistant. Haar naam is Anna Haase. Sommigen van u kennen haar wellicht uit haar vorige baan als fysiotherapeute. Zij volgt een tweeënhalvejarige master opleiding. Zij wordt opgeleid om zelfstandig diverse huisartsentaken uit te kunnen voeren. U kunt haar beschouwen als een 'hulp-huisarts'. Zoals u misschien ook al in de media hebt gelezen zijn er op diverse plekken in Nederland toenemend tekorten aan huisartsen en neemt de zorgvraag toe. Als mensen verhuizen kunnen zij zich in hun nieuwe woonplaats niet meer inschrijven bij een huisarts omdat de praktijken allemaal een patiëntenstop hebben. Zelfs in nabije plaatsen als Elburg, 't Harde en Epe bleek dit de laatste maanden al het geval. Wij proberen onze huisartsenzorg in Nunspeet nu en in de toekomst overeind te houden door collega's als Anna op te leiden. Zij zal tijdens haar opleiding ook altijd gesuperviseerd worden door één van de huisartsen. Heel fijn als u ook bereid bent bij te dragen aan deze opleidingen door afspraken met hen te willen maken. Dank alvast!

ICT-systeem: Eind november zijn alle huisartsen van de Noordwest-Veluwe veranderd van computersysteem. Wij hopen met dit nieuwe programma nog beter te kunnen samenwerken met andere zorgverleners. Ook hopen wij de digitale communicatie/zorg tussen de huisartsenpraktijk en u als patiënt te bevorderen. Als u dat nog niet gedaan hebt, raden we u van harte aan u aan te melden voor het Patiëntportaal. Let op: u dient zich na online registratie (klik hiervoor op onze website op de link naar het Patiëntportaal) eenmalig binnen drie weken te identificeren bij onze balie zodat wij zeker weten dat u het ook bent die zich aanmeldt, hierna wordt het account gekoppeld. Zorgt u ook dat we altijd over een kloppend e-mail adres en telefoonnummer beschikken? Wijzigingen kunt u doorgeven via het Patiëntportaal, onze website of via de telefoon.

Corona: Hoewel het qua besmettingscijfers op dit moment lijkt mee te vallen, vragen wij u de richtlijnen van het RIVM te blijven volgen. Helpt u ons svp om niet besmet te raken, want dat moeten wij in quarantaine en kunnen dan geen zorg verlenen.

Tevens willen we de patiënten vragen die in corona tijd nieuw in de praktijk zijn ingeschreven maar nog geen kennismaking hebben gehad, dit alsnog te plannen.

Parkeren: vanwege de herinrichting van het Stationsplein in Nunspeet is en zal er het komende jaar veel verkeershinder zijn. De aanrijtijd naar Zorgplein de Enk zal langer zijn dan u gewend was. Ook zijn de parkeerplaatsen bij het oude VVV-gebouw verdwenen. Met de auto kan het zijn dat u bij de P&R van het station of het Transferium moet parkeren omdat er dichterbij geen parkeerplek is. Houdt u hier svp rekening mee als u een afspraak bij ons heeft. Uiteraard zullen wij in overleg met de gemeente proberen zoveel mogelijk parkeerplek te behouden voor minder-validen.

Rest ons u een gelukkig en gezond 2023 te wensen, hartelijke groet mede namens alle teamleden!

Bianca Ouwerkerk en Paul Morgenstern

Volg ons:

We zijn nu ook te volgen op Facebook en Instagram!



Huisartsen Zorgplein De Enk



zorgpleindeenk

Eind mei zal ik een aantal weken minder aanwezig zijn in de praktijk vanwege het bijzondere feit dat ik dan weer vader hoop te worden. Dokter Nijland is inmiddels alweer enige tijd terug van haar zwangerschapsverlof. Tijdens mijn afwezigheid is de praktijk gewoon open en is dokter Nijland dan wel een andere waarnemend huisarts aanwezig. Vriendelijke groet, Paul Morgenstern

Even voorstellen

Anna Haase

PHYSICIAN ASSISTANT IN OPLEIDING



Mijn naam is Anna Haase. Sommige mensen kennen mij al van mijn werk in Nunspeet als fysiotherapeut. Een vak wat ik hiervoor met plezier gedaan heb. Per september kom ik het team versterken als Physician Assistant in opleiding. Deze masteropleiding duurt 2,5 jaar en hierin word ik opgeleid om diverse medische taken van uw huisarts over te nemen. U kunt hierbij denken aan spreekuren voor bijvoorbeeld klachten als oorspijn, rugpijn, schouderklachten of pijn na een val, maar ook voor medische ingrepen. Als Physician Assistant mag ik diagnoses stellen, een behandelplan opstellen, doorverwijzen en medicatie voorschrijven. Hierbij zal ik altijd nauw contact hebben met uw huisarts.

Als geboren en getogen Rijssense kunt u mij vaak vinden in de Twentse natuur. In mijn vrije tijd vind ik het leuk om te fotograferen. Dit combineer ik dan ook graag met een leuke wandeling in de mooie natuur.

Ik heb veel zin in de periode die komen gaat en kijk uit naar een leerzame periode in de Enk.

Tot zien in de spreekkamer!

Lois van den Berg HUISARTS IN OPLEIDING



Graag wil ik me via deze weg aan jullie voorstellen. Mijn naam is Lois van den Berg en per 1 december start ik in de praktijk als huisarts in opleiding. In 2018 ben ik afgestudeerd als arts aan de Universiteit Utrecht. Daarna heb ik gewerkt bij de neurologie en geriatrie. Momenteel begin ik aan het derde (laatste) jaar van de opleiding tot huisarts. Het menselijke contact in de spreekkamer en de veelzijdigheid spreken me enorm aan. In mijn vrije tijd speel ik volleybal en ben ik graag buiten op de fiets, onder andere op de Veluwe. Ik kijk er naar uit het team komend jaar te versterken. Wie weet, treffen we elkaar binnenkort!

Huisarts van der Kubbe:

SPECIALISME HART- EN VAATZIEKTEN



Na 2 jaar heeft huisarts Diane van der Kubbe haar specialisatie in de hart- en vaatziekten afgerond. Zij zal haar expertise in de dagelijkse praktijk als ook in de overkoepelende huisartsenorganisaties inzetten. Nu zij klaar is met de opleiding zal zij weer meer in praktijk de Vennen aanwezig zijn.

P Morgenstern/J Morgenstern

WIE IS WIE EN WELKE PRAKTIJK?

Het kan verwarrend zijn: meerdere dokter Morgensterns in de Enk. Hoe zit het nou? Hieronder een uitleg: Sinds 2019 heeft dokter Paul Morgenstern zijn praktijk binnen de Enk: Huisartspraktijk P.J. Morgenstern. Per 2022 heeft hij daarnaast de praktijk van dokter de Jonge (en daarvoor dokter Geurts) overgenomen, deze praktijk heet Huisartsenpraktijk de Vennen. Om deze patiënten zoveel mogelijk een vast gezicht te bieden zijn beide praktijken niet samengevoegd maar bestaan naast elkaar met beiden hun eigen dokters. In Huisartsenpraktijk de Vennen werken twee vaste dokters, te weten: dokter Diane van der Kubbe en Jaap Morgenstern. De vaste dokters in Huisartspraktijk P.J. Morgenstern zijn dokter Paul Morgenstern en Kirsten Nijland.

De constructie van twee praktijken en daarbinnen twee dezelfde achternamen (die ook nog eens broers zijn)

kan natuurlijk erg verwarrend zijn. Dit is helaas moeilijk te voorkomen.

Het onderscheid zit hem dus alleen in de voorletter: **P** Morgenstern en **J** Morgenstern en ons gezicht (zie onderstaand) maar betreft wél een andere praktijk. Voor de omliggende zorgverleners staat dokter van der Kubbe geregistreerd als vaste dokter voor Huisartspraktijk de Vennen (ondanks dat dokter J Morgenstern dit ook is), om verwarring te voorkomen. Op brieven kunt u dus soms tegenkomen dat dokter van der Kubbe uw huisarts is (terwijl dat ook dokter J Morgenstern is).



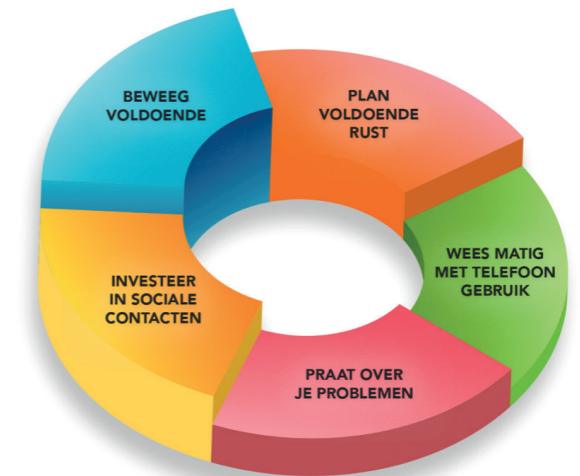
P Morgenstern,
Huisartspraktijk P.J.
Morgenstern



J Morgenstern,
Huisartspraktijk de
Vennen

De mentale schijf van vijf

Veel mensen ervaren stress in het dagelijks leven. Bovendien leven we in een tijd waar dag in, dag uit veel prikkels op ons afkomen. Ons brein is er eigenlijk helemaal niet op gebouwd om zoveel prikkels te verwerken. Daarom is het belangrijk goed voor uzelf te zorgen. Maar hoe doet u dat nu in de waan van de dag? We moeten vaak zoveel ballen in de lucht houden. Veel mensen komen vaak pas als laatste aan zichzelf toe. De mentale 'Schijf van Vijf' kan hier een handig geheugensteuntje bij zijn.



© door Esther van Fenema

Voor onze mentale gezondheid is het belangrijk om genoeg te bewegen, op tijd rust te nemen, te praten over onze zorgen, in contact te staan met andere mensen. En minder tijd door te brengen achter een scherm. Alle partjes van de schijf zijn belangrijk, maar iedereen heeft zijn unieke handleiding. Voor de één is bewegen erg belangrijk om zich goed te voelen. Voor iemand anders zijn sociale contacten misschien net wat belangrijker. Als u een binnenvetter bent dan is het lastiger om over problemen te praten en is het handiger om daar wat meer aandacht aan besteden.

Hoe beter u uzelf leert kennen, hoe beter u weet wat uw sterke en minder sterke kanten zijn. De mentale schijf van vijf is bedoeld als geheugensteuntje om elke dag even te checken of u voldoende aandacht hebt besteed aan uw mentale gezondheid. Dan kunt u op tijd die dingen doen, die u helpen om te ontspannen, om mentaal in balans te blijven.

Als u merkt dat het niet goed met u gaat en u bijvoorbeeld somber of gestressed blijft, overweeg dan om hulp te zoeken. Uw huisarts kan u doorverwijzen naar één van ons. Wij kunnen dan met u kijken hoe uw eigen Schijf van vijf kunt vorm geven. Want door dagelijks kort stil te staan bij hoe het met u gaat, zult u merken dat u steeds sneller leert aanvoelen wat u nodig heeft en kunt u uw stressniveau zo laag mogelijk houden.

Hartelijke groeten,
Jessica ten Kate en en Janet Mons (POH-GGZ)

Meer informatie vindt u op: esthervanfenema.nl/mentale-schijf-van-vijf



Thuisarts.nl

Door de assistente aan de telefoon en tijdens het spreekuur wordt u regelmatig geattendeerd op de website Thuisarts.nl. Deze website is gemaakt en wordt onderhouden door het Nederlands Huisartsen Genootschap. De informatie op deze website is gebaseerd op dezelfde wetenschappelijke informatie waarop onze Huisartsen-Standaarden zijn gebaseerd en dus zeer betrouwbaar. Wilt u weten of u naar de dokter moet voor uw hoest? Wilt u weten waar u op moet letten als uw kind koorts heeft? Of heeft u advies nodig? Kijk dan zeker even op thuisarts.nl.

Sinds kort kunt u op deze website ook zogenaamde www.Thuisarts.nl/keuzekaart vinden. Deze kaarten informeren over diverse onderwerpen volgens een zelfde structuur. Vaste vragen zijn: 'Hoe werkt het/ wat houdt de optie in?', 'Welk effect is te verwachten/ in welke mate helpt het', 'Welke bijwerkingen en risico's zijn te verwachten? Hoe vaak treden die op? De keuzekaart helpt om met uw huisarts tot een gezamenlijk weloverwogen besluit te komen.



Contact

Huisartsen Zorgplein de Enk
Stationsplein 18 (Zorgplein de Enk)
8071 CH Nunspeet

Telefoonnummers

Praktijk B.Y. Ouwerkerk **0341-263344**

Praktijk de Vennen **0341-252395**

(D. vd Kubbe en J. Morgenstern)

Praktijk P.J. Morgenstern **0341-253333**

Spoed

Levensbedreigend: **112**

SPOED overdag: toets **1** in telefoonmenu

Huisartsenhulp voor spoedgevallen in avond-, nacht- en weekenddiensten:

Tel. 085 -773 73 71

www.huisartsendeenk.nl

info@huisartsendeenk.nl

(Dit e-mailadres is alleen voor niet-vertrouwelijke communicatie. Maak gebruik van het Patiënten-Portaal voor vertrouwelijke, medisch inhoudelijke communicatie)