

Nieuwsbrief oktober 2026



Foto: eigenarchief

VOORWOORD

Beste patiënten,

Ik ben trots op wat we het afgelopen jaar samen hebben bereikt. Graag vertel ik u wat er is veranderd en wat er nog aankomt.

Sneller geholpen via spreekuur.nl

Steeds meer mensen stellen hun vraag aan ons via spreekuur.nl. Daar zijn we blij mee. Daarom hebben we nu elke dag een huisarts/verpleegkundig specialist/physician assistant die zijn/haar agenda volledig heeft vrij gepland om alleen met deze vragen aan de slag te gaan. Hij/zij kijkt goed wat u nodig heeft en

hoe snel. Moet u naar de praktijk komen? Kunnen we u een advies geven? Of is een recept genoeg? Zo krijgt u sneller antwoord en de juiste hulp. En als u belt, is de telefoon minder lang bezet.

Vanaf januari een compleet team

We hebben ook goed nieuws over ons team. In januari komt Sanne Baaijens terug van haar zwangerschapsverlof. We zijn blij dat ze er weer bij is.

Ook komt er een nieuwe collega bij: een physician assistant, namelijk Regina Wielders. Zij komt over van Zorg op Zak (de Bevelanden), en is een ervaren PA.

Vanaf januari is ons team dan helemaal compleet. Dat betekent: vaste gezichten, een stabiel team en verdere inzet voor goede zorg.

Dank u wel

Ik wil u bedanken voor uw geduld en vertrouwen in de afgelopen tijd. En ik wil mijn team bedanken voor hun harde werk. Samen zorgen we ervoor dat u ook in de toekomst goed geholpen wordt.

Met vriendelijke groet,

Wouter Umans

Praktijkhouder

Vaccinatiecampagne 2026

Nieuw:

Uw uitnodiging voor de griep(pneumokokken) prik komt vanaf dit jaar via een sms! Elk jaar nodigen wij onze patiënten uit voor de griep -en pneumokokkenprik. Tot nu toe gebeurde dat met een brief per post.

Maar vanaf dit jaar doen we dat anders:

U ontvangt de uitnodiging via een **sms-bericht op uw mobiele telefoon**.

Mocht u geen mobiele telefoon hebben, dan krijgt u een mail.

Heeft u geen mobiele telefoon én geen email dan ontvangt u de uitnodiging per post.

Waarom deze verandering?

Een sms is sneller, duidelijker en beter voor het milieu. Zo kunnen we u op tijd en op een makkelijke manier informeren. Ook raakt een sms minder snel kwijt dan een brief. Daarnaast willen we u meer mogelijkheden geven om uw afspraak te wijzigen en informatie in te zien.

Hoe weet u zeker dat de sms van uw huisarts is?

De naam van de praktijk komt in het bericht voor

De link begint met <https://mijn-vaccinatie.nl>

De sms komt aan het begin van oktober binnen

Meer informatie over de griepprik:

<https://www.rivm.nl/griep-grieprik/grieprik/voor-wie-is-grieprik>

Meer informatie over de pneumokokkenprik:

<https://www.rivm.nl/pneumokokken>

Corona vaccinatie:

Op 21 september is een nieuwe vaccinatieronde tegen de ziekte corona gestart. Een afspraak inplannen kan bij de GGD Zeeland vanaf 25 augustus tot en met 27 november 2026.

- Mensen van 70 jaar en ouder;
- Mensen van 50 tot en met 69 één of meer ziektes of aandoeningen waardoor zij meer risico lopen op ernstige corona;
- Volwassenen en kinderen uit medisch hoog risicogroepen
- Zorgmedewerkers die direct contact hebben met kwetsbare patiënten.

Voor meer informatie klikt u op deze link: <https://www.rivm.nl/corona/coronaprik>

Nieuws vanuit ons team:

Tijdelijk in dienst

Vanaf maandag 24 augustus tot het einde van het jaar is Julian Kuiten bij ons werkzaam op de praktijk, momenteel is hij in de afrondende fase van zijn studie, tot basisarts. Julian werkt onder de supervisie van de huisarts.

Julian stelt zich graag aan u voor:

Beste patiënten,

Ik ben Julian Kuiten en ben sinds kort komen werken in de praktijk. Ik zit in de afrondende fase van mijn studie geneeskunde, waarbij ik nu bezig ben met onderzoek. Mijn studie volg ik in Groningen, maar kom oorspronkelijk wel uit Zeeland. Hiervoor heb ik namelijk HBO- verpleegkunde gestudeerd en ben in Groningen een versnelde opleiding voor geneeskunde gaan doen. Inmiddels woon ik weer terug in Middelburg. Naast mijn werk en studie ben ik graag actief bezig en ga regelmatig hardlopen en wielrennen. Ik kijk er naar uit om komende tijd meer te leren in de praktijk en mijn kennis te verbreden.

Afwezig in verband met zwangerschapsverlof

Sanne Baaijens één van onze verpleegkundige specialisten, is inmiddels bevallen van een prachtige en gezonde dochter en geniet samen met haar gezin van deze bijzondere periode.

Persoonlijke hulp bij digitale zorg

Wilt u aan de slag met digitale zorg, maar weet u niet goed waar te beginnen?

In de DigiTuin, gelokaliseerd in het ADRZ Vlissingen, helpen onze vrijwilligers u stap voor stap op weg.

Of het nu gaat om het patiëntportaal 'Mijn Adrz', een zorgapp of andere digitale hulpmiddelen: wij zorgen dat u het begrijpt en met vertrouwen kunt gebruiken. In de DigiTuin krijgt u duidelijke uitleg en persoonlijke ondersteuning, zodat u uw zorgzaken steeds makkelijker zelf kunt regelen.

De medewerkers van de DigiTuin zijn vrijwilligers met interesse in digitale ontwikkelingen. Zij nemen de tijd om u rustig uitleg te geven en helpen u graag verder. U kunt bij ons onder andere terecht met vragen over:

- Gebruik van ons patiëntenportaal (Mijn Adrz)
- Installeren van zorgapps
- De BeterDichtbij app
- Thuismonitoring apps (Sananet, Digizorg)
- Inloggen met DigiD
- Digitale vragenlijsten
- Gebruik van smartphone, tablet of computer

Openingstijden Digtuin ADRZ Vlissingen:

Maandag: 08:30u - 12:30 uur

Dinsdag: 12:30u – 16:30 uur

Donderdag: 08:30u – 12:30 uur **Locatie:** in de centrale hal, naast de receptie.

Seizoen nieuws: Najaar

Een herfst dip is een periode van somberheid die begint in het najaar. Hoe donkerder en kouder het buiten is, hoe minder zin we hebben om iets te ondernemen. Mensen ervaren vaak symptomen zoals vermoeidheid, prikkelbaarheid, lusteloosheid en een algemeen gevoel van melancholie.

Een herfst dip voorkom je door overdag veel buiten te zijn voor natuurlijk licht, regelmatig te bewegen, een vast dag- en nachtritme aan te houden, sociale activiteiten te ondernemen en gezond te eten.

Nieuw in de nieuwsbrief: “Zo werkt het”

Heeft u een vraag over het reilen en zeilen van de praktijk? In deze rubriek lichten we regelmatig een onderwerp of vraag uit en geven we hier meer uitleg over.

- *Waarom moet ik mijn klachten vertellen aan de doktersassistent, wanneer ik bel voor een afspraak?*

Wanneer u de praktijk belt, stelt de assistente vaak een aantal vragen over uw klacht. Dit doen we niet uit nieuwsgierigheid, maar om goed in te schatten hoe snel u hulp nodig heeft. Dit noemen we **triage**.

Met uw antwoorden kan de assistente bepalen welke zorg het beste past bij uw hulpvraag en ervoor zorgen dat mensen met spoedeisende klachten snel geholpen worden. Zo zorgen we ervoor dat iedereen de juiste zorg op het juiste moment krijgt.

Soms is een bezoek aan de huisarts niet direct nodig. De assistente kan u dan een **zelfzorgadvies** geven: praktische tips waarmee u uw klachten zelf kunt behandelen of verlichten. Natuurlijk krijgt u ook uitleg over wanneer het belangrijk is om opnieuw contact met ons op te nemen. Zo krijgt u passende zorg en houden we ruimte voor patiënten die dringend medische hulp nodig hebben. Bij twijfel overlegt de assistente altijd met de huisarts.

U vindt ook veel praktijk- en zorginformatie op onze website: <https://www.getijdendokters.nl/>

