

Het belang van goede voeding

Eind 2006 kwam de Gezondheidsraad met de nieuwe Richtlijnen Goede Voeding. Mooi op tijd om met goede voornemens te starten in 2007. Wat betreft zout is het advies maximaal 6 gram per dag: 2400mg natrium. Dit komt overeen met de landelijke richtlijn voor de hemodialysepatiënt van 2000-2400mg natrium per dag bij hoge bloeddruk en vochtretentie of bij peritoneaaldialyse bij een slechte ultrafiltratie (onvoldoende vocht onttrekken). De Gezondheidsraad geeft aan dat deze hoeveelheid een haalbare doelstelling is in de voeding. Laten wij eens kijken naar de aanbevolen hoeveelheden voedingsmiddelen per dag voor twee leeftijdsgroepen in onderstaande tabel.

Moet ik al die lekkere tussendoortjes weglaten, denkt u misschien? Neen, maar het advies is om wel een keuze te maken uit de minder gezouten producten. Brood is al een belangrijke bron van zout. Toch is het advies niet minder brood eten, dat is onze basisvoeding. Als u brood mindert,

gaat u andere producten eten die meer vet, suiker en zout bevatten. Er zijn patiënten die mij aangeven overgegaan te zijn op zoutarm brood zodat ze meer speling hebben voor andere producten. Weinig zout is iets wat wij niet gewend zijn. Daarom reageren wij in eerste instantie meestal op dit advies met: dat is niet lekker. Met minder zout en het gebruik van kruiden en specerijen en andere bereidingswijzen kan de voeding goed op smaak gemaakt worden. Pas wel op: sommige zoutvervangers bevatten veel kalium! Overleg zo nodig met uw diëtiste. Het is wel wennen in het begin. Het betekent afleren van een smaak die u al jaren gewend bent en het aanleren van een nieuwe smaak. Er is wel ruimte voor andere producten naast de basisvoeding. Maar maak een keus zo, dat de hoeveelheid zout voor u niet zo groot is dat u voortdurend dorst heeft of een hoge bloeddruk door overvulling. Meer informatie over het natrium gehalte in uw voeding vindt u in de tabellen achter in het boek 'Eten met Plezier'.

Een hoofdstuk over kruiden en specerijen begint op blz. 45. Wat uitgebreidere informatie over het natriumgehalte staat in de dieettabel van het voedingscentrum. Deze tabel is verkrijgbaar bij de diëtist voor 5 Euro per stuk of via het internet www.dieetinzicht.nl.

Let met name op de kant en klaarproducten zoals:	
1 bouillonblokje	800 mg natrium
1 eetlepel ketjap 15g	900
rookworst 100g	800
sausjes (braadworst 100g)	700
hamburger 100g	700
soep 200ml	800
groenten 100g	300 uit pot of blik
fricadel 80g	880
haring zoute	820
haring zure	610
pizza 300g	1700
nasi goreng 100g	440

Heeft u nog vragen over deze rubriek stel die dan aan uw diëtist. Als u ideeën heeft over onderwerpen die u graag besproken ziet, hoor ik dat graag.

Ellen Sikkes, Diëtiste

Basisvoeding	20 tot 50 jaar	Natrium mg	50-70 jaar	Natrium mg
Brood	5-7 sneetjes	1000-1400	4-6 sneetjes	800-1200
Aardappelen	3-5 aardappels of opscheplepels rijst/pasta		3-4 aardappels of opscheplepels rijst/pasta	
Groente	200 gram = 4 groentelepels	50	200 gram = 4 groentelepels	50
Fruit	2 vruchten		2 vruchten	
Zuivel	400 ml melk 20 gram kaas = 1 plak	100 150	500 ml melk 20 gram kaas = 1 plak	100 150
Vlees(waren), vis, kip, ei, of vleesvervangers halvarine, margarine bak en braadproducten ongezouten	100-120 gram b.v. 80 gram vlees en 2 porties vleeswaren = 30 gram 20-35 gram	80 300	100-120 gram b.v. 80 gram vlees en 2 porties vleeswaren = 30 gram 20-35 gram	80 300
Drinken/Vocht	1.5 liter Bij dialyse is deze hoeveelheid beperkt		1.5 liter Bij dialyse is deze hoeveelheid beperkt	
Totaal		1700-2100		1500-1900

* Aan groenten/aardappelen en vlees is geen zout toegevoegd bij bovenstaande tabel.

Even voorstellen:

Inge Gelderblom

Ze is sinds begin februari terug op het 'oude nest'. Inge Gelderblom (43) werkt weer bij Dianet, en wel als teamcoördinator in opleiding op de locatie Lunetten. De afgelopen 10 maanden was ze werkzaam als dialyseverpleegkundige in het UMC Utrecht. Voor die tijd, in dezelfde functie, 6 jaar bij Dianet.

"Sinds 1989 ben ik dialyseverpleegkundige. Dianet biedt me deze kans in een nieuwe functie", verklaart Inge haar terugkeer, "na al die jaren met veel plezier als dialyseverpleegkundige te hebben gewerkt wil ik me graag breder oriënteren, vandaar." Als teamcoördinator in opleiding gaat Inge zich onder meer bezighouden met de personeelsplanning, de patiëntenplanning, het aansturen en coachen van een dertigtot veertigtal collega's en het doorvoeren van veranderingsprocessen. Ze doet dat samen met teamcoördinator René de Vries. In september gaat ze de HBO-opleiding Management in de Zorg volgen, voorheen de Kaderopleiding.

Janette Boereboom

De groep nierpatiënten met diabetes wordt groter en groter. Daarom gaat dialyseverpleegkundige Janette Boereboom (43) zich toeleggen op die specialisatie. Dianet stelt haar in staat daarvoor de benodigde educatie te volgen. "Zo kan ik een bijdrage leveren aan het optimaliseren van de zorg die we bieden. Die uitdaging was voor mij de reden om terug te komen bij Dianet", vertelt Janette. Negen maanden geleden verliet ze de organisatie om via een detachingsbureau bij verschillende ziekenhuizen te gaan werken. "Maar de lange reistijden vielen me enorm tegen. Nu ga ik 24 uur werken en vanuit mijn woonplaats Barneveld is het naar Utrecht goed te doen." Janette werkte voor haar detachingsperiode 5 jaar bij Dianet, waar ze ook de



"Twee jaar geleden heb ik de Expertclass HD gevolgd. Dit is een vakinhoudelijke cursus van drie maanden, georganiseerd vanuit de LVDT. Erg motiverend en stimulerend, ik kan het collega's absoluut aanbevelen. Deze cursus heeft mij o.a. doen nadenken over nieuwe mogelijkheden in mijn verdere loopbaan." Inge Gelderblom woont samen met vriend en zoon en houdt van lezen, lekker eten, zwemmen, fotograferen en internet. Zoveel is zeker, ze heeft veel zin in haar nieuwe functie. "Ik verheug me op de hernieuwde samenwerking met mijn 'oude' collega's..."



opleiding tot dialyseverpleegkundige volgde. Voor die tijd was ze verpleegkundige bij het Diaconessenhuis Utrecht. "Ik heb onder andere gewerkt op de interne en op neurologie. Diabetes is geen onbekend fenomeen voor me." Janette Boereboom is getrouwd en heeft drie zoons. In haar vrije tijd doet ze aan fitness. Ook wandelt ze graag met de hond. "Het is leuk om iedereen weer terug te zien", zegt ze afsluitend.

Colofon

DianetNu is een nieuwsbrief voor cliënten, medewerkers en relaties van Dianet Dialysecentra en verschijnt in 2007 zes maal.

Bijdragen, tips en suggesties voor uitgave 2 uiterlijk week 15 bij:

Natalie van Soest
communicatiefunctionaris
T (030) 880 81 42
E n.v.soest@dianet.nl

Redactieadres:

Brennerbaan 130, 3524 BN Utrecht

Redactiecommissie

Natalie van Soest, eindredacteur

Namens locatie AMC:

Aase Riemann, PD-coördinator

Namens locatie Holendrecht:

Rita Morren, teamcoördinator

Namens locatie Utrecht:

Sabine de Gier, teamcoördinator

Alie Wiertsema, maatschappelijk werker

Tekst en productie:

Ad van den Dool
Communicatieproducties

Fotografie:

Kimberly Gomes
Natalie van Soest
e.a.

Vormgeving/DTP:

Depot Groep



www.dianet.nl

DianetNU

Nr. 7 februari 2007

Kwaliteitszorg voor mensen, kwaliteitszorg door mensen

DianetNU is een nieuwsbrief van Dianet Dialysecentra. Redactieadres: Brennerbaan 130, 3524 BN Utrecht.

Partnerassistentie bij thuisdialyse

Sinds de nieuwe zorgverzekeringswet is ingegaan (1 januari 2006) is de partnerassistentie bij thuisdialyse afgeschaft. Al eerder bleek dat het Persoons Gebonden Budget (PGB) voor deze assistentie (betaald door de AWBZ) door nadere regelgeving op dit punt werd ingetrokken. Ondanks het feit dat alle betrokken partijen uit het veld (de beroepsgroep, de instellingen, NvN, Nierstichting en het Hans Mak Instituut) positief staan tegenover partnervergoeding bij thuisdialyse, kon er geen financiële afspraak over dit onderwerp worden gemaakt. Dianet betreurt dat ten eerste en vindt dit voor patiënten en partners een vervelende kwestie. Echter, een wetswijziging zal daarin verandering moeten aanbrengen. Dianet blijft zich, met anderen, inspannen om de (politieke) besluitvormers daarvan te overtuigen.

let Kooy-Veenstra
Voorzitter Raad van Bestuur

Wisseling wacht bij Cliëntenraad

In de Cliëntenraad van Dianet hebben zich de afgelopen periode de nodige wisselingen voorgedaan. Afscheid namen de dames Ineke v.d. Berg (6 jaar lid geweest) en Wilma Akkermans (dialyseert nu elders) en de heren Cees Nederend (verhuisd naar Limburg) en Frans Zoons (geen lid meer door verzelfstandiging ZMC).

In 2006 mocht de Cliëntenraad gelukkig ook weer nieuwe leden begroeten, onder wie Rob Korver, Yvonne de Bruijn en Dirk Faber. Een interview met de twee laatstgenoemden en meer over de Cliëntenraad elders in deze uitgave.



Cees Nederend

Wilma Akkermans

Frans Zoons

Locatie Holendrecht officieel geopend



Het pand is al enige tijd in gebruik, maar donderdag 15 februari is Dianet-locatie Holendrecht dan ook officieel geopend. De bouw heeft circa anderhalf jaar geduurd. De foto's geven een impressie van de zeer eigentijdse zorgomgeving waarin onze patiënten en medewerkers hun behandelingen krijgen en hun werk kunnen doen.

Over nut en noodzaak van de Cliëntenraad

Om blijvend kwaliteitszorg te kunnen bieden, heeft Dianet de betrokkenheid van patiënten hard nodig. Hun suggesties en ideeën voor verbetering, maar ook de eventuele kritiek, zijn waardevol. De Cliëntenraad speelt daarbij een centrale rol. Die behartigt de gemeenschappelijke belangen van alle cliënten van Dianet. Dan gaat het o.a. om verhuizingen of verbouwingen, de benoeming van directieleden en de begroting/jaarrekening. Ook het algemene beleid rond kwaliteit, klachtenbehandeling, voeding, veiligheid, gezondheid, hygiëne, geestelijke verzorging, maatschappelijke bijstand en recreatiemogelijkheden komen uitgebreid aan de orde. Sinds afgelopen zomer zijn Yvonne de Bruin en Dirk Faber lid van de Cliëntenraad van Dianet. Een dubbelinterview over hun motivatie en de ervaringen tot nu toe.

Yvonne de Bruijn:

“Als ‘ervaringsdeskundigen’ onze bijdrage leveren”

“Er veranderen veel dingen in de zorg en het is goed om daar als patiënten bovenop te zitten. Als ‘ervaringsdeskundigen’ kunnen wij een serieuze bijdrage aan kwaliteitsverbetering leveren. De gewenste marktwerking gaat - bewust en onbewust - meespelen in de afwegingen en beoordelingen van artsen. Daar moet je als patiënt scherp op blijven letten. We leven niet meer in de tijd van ‘de dokter zal het wel weten’. Mondigheid is belangrijk. Als patiënten hebben wij ook een eigen verantwoordelijkheid.”

Zelfstandigheid

Yvonne de Bruijn (51) is sinds twee jaar PD-patiënte bij Dianet in Utrecht, tevens haar woonplaats. In 1990 kwam ze voor het eerst met dialyse in aanraking. Een door de autoimmuunziekte SLE veroorzaakte nierontsteking zorgde voor nare complicaties. Het werd duidelijk dat Yvonne direct moest gaan dialyseren. Eerst werd dat hemodialyse, later peritoneale dialyse. Maar eind '91 kon ze al getransplanteerd worden. “Dat ging lang goed, maar na een jaar of tien begonnen zich afstotingsverschijnselen voor te doen. Om een lang verhaal kort te maken: ik wacht opnieuw op een transplantatienier en ben nu weer PD-patiënt.” Als PD-patiënt voelt Yvonne zich minder beperkt. “Je hebt er bij wijze van spreken niemand bij nodig. Die zelf-

standigheid vind ik erg fijn. Ik doe van alles en nog wat. Ik heb vroeger les gegeven in schoenenontwerp. Toen ik net begon met dialyseren heb ik hoeden van het afval van mijn dialyses gemaakt. Nu ontwerp ik nog steeds wel eens hoeden, maar dan wel op de traditionele manier. Ook ben ik bezig met het uitvinden van iets om de katheter veilig, comfortabel en elegant te kunnen bevestigen. Maar dat bevindt zich nog in de ontwikkelingsfase.”

Kwaliteitscontroles

Dat er veel kan en dat er zo veel voor nierpatiënten gedaan wordt, was voor Yvonne mede de reden om lid te worden van de Cliëntenraad. “Maar Monique Harskamp heeft me uiteindelijk overgehaald.” Het werk in de Cliëntenraad vindt ze nuttig en



Yvonne de Bruijn: “Mondigheid is belangrijk. Als patiënten hebben wij ook een eigen verantwoordelijkheid.”

afwisselend. Er wordt in principe eens per twee maanden vergaderd. Dat is goed te doen. Eerst een voorvergadering ter voorbereiding, waarna de directie aanschuift. Yvonne: “Het kan over van alles en nog wat gaan. Van de parkeerplaatsen bij de nieuwe locatie Holendrecht tot functie-differentiatie. Onlangs hebben we nog een nuttige bijdrage kunnen leveren aan het samenstellen van een vragenlijst ten behoeve van kwaliteitscontroles. De samenwerking met de directie van Dianet is prettig en constructief. Er wordt goed geluisterd en wat met onze kritiek, opmerkingen en suggesties gedaan.”

Dirk Faber:

“Voor wat, hoort wat”

Het was dialyseverpleegkundige Trees Geelkerken die zei dat het lidmaatschap van de Cliëntenraad echt iets voor hem was. Dat gebeurde op het moment dat Dirk Faber ‘aan het bed’ in Lunetten bezoek kreeg van de voorzitter Joep Surink en lid Cees Nederend van de Cliëntenraad. “Voor wat hoort wat, dacht ik toen. Als patiënt heb ik het hier goed, daarom wil ik iets terug doen. In het belang van mijn medepatiënten en de Dianet-organisatie zelf.”

Vechten

Dirk Faber (53) is sinds een jaar PD-patiënt bij Dianet in Utrecht. Hij woont in Zeist en is daar leraar geschiedenis op een middelbare school. Ruim zes jaar geleden deden zich bij hem de eerste verschijnselen van nierinsufficiëntie voor. In eerste instantie overigens niet onderkend. “Ik voelde me doodmoe, compleet uitgewoond. Maar ach, je wordt wat ouder, denk je dan. Tot een moment dat ik fysiek echt volledig tegen de lamp liep. Met de restcapaciteit van mijn nieren en medicijnen kon ik uiteindelijk nog vijf jaar zonder dialyse verder.” Dirk Faber wil als nierpatiënt voor alles zo veel mogelijk normaal functioneren. “Daar doe ik het voor. Ik heb moeten vechten om mijn baan terug te krijgen.

En dat is gelukt. Weliswaar niet meer volledig, dat zou niet kunnen, maar ik kan het lesgeven - die kinderen - niet missen. Ze weten dat ze het bij meneer Faber een beetje rustig aan moeten doen. En dat gaat goed.”

Grap en grol

Volgens Dirk Faber worden er in de Cliëntenraad spijkers met koppen geslagen. “Maar we doen het als het even kan ook met een grap en een grol hoor. We kunnen met de Dianet-directie op een soepele en vriendelijke manier beleid maken. Dat was zo met de inmiddels vertrokken directeur patiëntenzorg Hein van der Reijden, en dat is met let Kooy, de voorzitter van de Raad van Bestuur, niet anders.” Daarom hoopt Dirk Faber dat ook andere patiënten voelen voor het lidmaatschap van de Cliëntenraad. “We zijn nog niet op sterkte. En het is belangrijk werk.”



Dirk Faber: “Als patiënt heb ik het hier goed, daarom wil iets terug doen.”

Cliënteninfo



Methodisch verplegen: wat is dat?

Op 1 januari 2007 zijn de verpleegkundigen van Dianet Utrecht gestart met de invoering van het methodisch verplegen. Deze systematiek wordt ingevoerd bij al onze patiënten in het centrum en thuis. Het doel is de directe patiëntenzorg te optimaliseren. Hiermee wordt tegemoet gekomen aan de eisen die aan het verpleegkundig handelen gesteld worden vanuit de beroepsgroep en de certificeringsnormen.

Methodisch verplegen is volgens de theorie ‘een bewuste en kritische werkwijze waarbij de verpleegkundige op een systematische manier gegevens verzamelt, vervolgens problemen van de patiënt gaat onderkennen, analyseren en benoemen’. In de praktijk wordt bij iedere patiënt een verpleegkundige anamnese afgenomen. Dat is een gesprek waarin een heleboel vaststaande punten aan de orde komen. Zo verzamelt de zorgverlener gegevens over de situatie van de patiënt. Uit deze anamnese komen bestaande (of mogelijk toekomstige) problemen naar voren. De verpleegkundige benoemt deze (potentiële) problemen. Vervolgens wordt samen met de patiënt een verpleegplan opgesteld. In dit verpleegplan wordt een te bereiken doel genoemd. Ook worden acties en evaluatiemomenten benoemd. Methodisch verplegen is vooral bewuster verplegen, samen met de patiënt.

Wat verandert er voor onze patiënten?

1. Verpleegkundigen gaan 1 keer per half jaar een anamnese afnemen. Patiënten kunnen overigens aangeven sommige vragen niet te willen beantwoorden omdat die als té persoonlijk ervaren worden. De zorgverlener heeft hier te allen tijde begrip voor!
 2. Uit de anamnese wordt een verpleegplan opgesteld samen met de patiënt.
 3. Op vastgestelde data wordt de zorg met de patiënt geëvalueerd.
- De werkgroep methodisch verplegen hoopt dat zowel patiënten als zorgverleners baat zullen vinden bij deze nieuwe manier van verplegen!

Ria Baart en Kaat van der Haar, namens de projectgroep Methodisch Verplegen

Dringend verzoek aan alle thuispatiënten:

Wilt u op de gele lijst (die alle thuispatiënten hebben) svp alle dialysevormen aankruisen die op die bewuste dag zijn gedaan. Als voorbeeld: als een nocturne patiënt een keertje de dialyse overdag doet in plaats van 's nachts, dan dit ook duidelijk op het gele formulier aangeven.

Uit de Cliëntenraad

Voordracht lid Raad van Toezicht

Prof. dr. J.E.M. Akveld heeft zijn functie neergelegd als lid van de Raad van Toezicht van Dianet (RvT). Hij was destijds door de Cliëntenraad (CR) voorgedragen. De CR zal daarom opnieuw een kandidaat moeten aandragen. Inmiddels is contact opgenomen met een potentiële kandidaat. De RvT is hiervan op de hoogte. Ook zal de CR de RvT adviseren om te kiezen voor 5 leden, onder wie een medicus, in plaats van 3 leden.

Klachten Holendrecht

Bij Dianet zijn diverse klachten binnengekomen inzake de nieuwe locatie Holendrecht. Bij verhuizing en ingebruikneming van een nieuwe locatie zijn er altijd een aantal kinderziekten, maar dit

neemt niet weg dat de Raad van Bestuur de klachten zeer serieus neemt en er snel actie op onderneemt. De klachtenfunctionaris van Dianet is al ingeschakeld.

Kwaliteit handhaving verpleging

Zorgmanager José Koster hield onlangs een presentatie voor de Cliëntenraad. Aan de orde kwamen onder meer de nieuwe organisatiestructuur van Dianet en de (her)verdeling van TH/CAPD en hemodialyse. Tevens vertelde ze hoe de organisatie omgaat met functiedifferentiatie, toegespitst op de pilot rond de inzet van dialyse-assistenten. Uit de evaluatie van dit project is gebleken dat de inzet van een dialyse-assistent prima functioneert als geen sprake is van onderbezetting op de afdeling. Is er een tekort aan dialyse-verpleegkundigen, dan is het lastig veiligheid en kwaliteit optimaal te waarborgen. Daarom stopt Dianet voorlopig met de verdere opleiding van dialyse-assistenten. Prioriteit wordt gelegd bij het uit ‘eigen kweek’ opleiden tot dialyse-verpleegkundigen. Mede omdat wervingsactiviteiten niet de gewenste resultaten opleveren. Over ongeveer een jaar wordt opnieuw de balans opgemaakt en bekeken of de opleiding en inzet van nieuwe dialyse-assistenten weer kan worden opgestart. De huidige dialyse-assistenten in Utrecht en Amsterdam blijven gewoon inzetbaar.



José Koster

Wijzigingen Aranesp-dosering nu door arts aan Dianet door te geven

Tot nu toe werden wijzigingen in de dosering van Aranesp door de patiënt of verpleegkundige aan het magazijn doorgegeven. Om de uitgifte op een adequate wijze te kunnen registreren, zijn de artsen gevraagd dit nu te doen. Voortaan worden wijzigingen door de arts naar het magazijn van Dianet gefaxt of gemaïld. Met vragen kunt u het magazijn bellen 030-880 81 30 of mailen (magutr@dianet.nl).