

Digna Contact

september 2016



***Herfst uitgave voor nierpatiënten in
West-Brabant***

Digna Nierpatiëntenvereniging voor “West Brabant”**36° editie no. 3 september 2016****Inhoud:**

Pag. 2	Inhoud
Pag. 3	Voorwoord
Pag. 4 - 7	Van de bestuurstafel
Pag. 8	Beweegmaand op de dialyse Amphia 2016
Pag. 9	Nieuwe collega's gezocht
Pag. 10 - 12	Huidproblemen
Pag. 13 - 14	Fitter naar huis
Pag. 15	Gezellige bijeenkomst bij ...
Pag. 16	Ouderen twifelen onterecht...
Pag. 17 - 18	Opkomst Facebookdonor stelt nefrologen...
Pag. 19	Humor
Pag. 20 - 21	Nederlandse Nierdag 8 oktober 2016
Pag. 22	Lid worden
Pag. 23	Puzzel

Bestuur Digna

Voorzitter	Vacature	
Penningmeester:	Ad van den Enden	tel.: 076-5217012
Secretaris	John Reniers	tel.: 076-5933607

Redactie van Digna Contact

Coördinator:	John Reniers
Corresp. Breda	Cees Lustig
Corresp. Roosendaal	Bertha Boeren
Techn. Coördinator	Jan v.d. Koedijk

Betalingen en contributie.

NL32RABO0147744253
 t.n.v. Digna Patiëntenvereniging
 Hofhage 4
 4813 XL Breda

Kopij

De kopij voor het volgende nummer van Digna Contact dient, liefst als E-mail, uiterlijk voor **22 november 2016** te worden ingeleverd bij één van bovenstaande redactieleden.

De redactie houdt zich het recht voor om binnengekomen kopij te corrigeren en/of in te korten.

Belangrijke telefoonnummers.

Amphia ziekenhuis Breda	tel.: 076-5953000
Dialyse afdeling Breda	tel.: 076-5953618
Maatschappelijk werk Breda	tel.: 076-5954202
Bravis Ziekenhuis Roosendaal / Bergen op Zoom	tel.: 088-7068000
Dialyse afdeling Roosendaal	tel.: 0165-588333
Maatschappelijk werk Roosendaal	tel.: 0165-588555
NVN	tel.: 035-6912128
Nierstichting	tel.: 035-6978000
Luistertelefoon NVN	tel.: 0800-0226667

Voorwoord

Opvallend is dat we de laatste tijd vaker hebben moeten uitleggen wat onze inzet is. Dat wij nierpatiënten (of partners) zijn die voor hun eigen belangen op komen. Dat wij patiënten zijn die zich verenigd hebben om de belangenbehartiging samen op te pakken en dat het bestuur(patiënten) de opdracht heeft om aan de slag te gaan met de wensen en de zorgpunten van patiënten. Dat onze inzet steeds gericht is op samen verbeteren. Samen met alle partijen die kunnen bijdragen willen we werken aan dat betere leven voor nierpatiënten. Samenwerken is een belangrijk statement in onze strijd ten behoeve van al onze lotgenoten.

De nieuwe commissie van Regionale Verenigingen, gevormd door regionale nierpatiënten verenigingen, Nierstichting, NVN en ander partijen, krijgt steeds meer gestalte en is partij bij de beleidsontwikkeling en bij het traject om de samenwerking landelijk te versterken. De commissie bestaande uit maximaal 10 personen (uit 10 verschillende verenigingen) is gesprekspartner van de Nierstichting en van de NVN.

Digna is op zoek naar bestuursleden en commissieleden. Nu onze voorzitter zijn functie heeft opgezegd, zijn wij op zoek naar een vervanger. Tevens zijn wij op zoek naar mensen die zich samen met ons willen inzetten voor nierpatiënten. Wij nodigen u uit om met ons mee te doen! Het werven van nieuwe leden blijft een speerpunt. Patiënten die nog geen lid zijn, zijn moeilijk te bereiken. We kunnen alleen patiënten die in de centra dialyseren opzoeken; alle anderen niet. Wij zouden dit graag anders zien.

De komende periode is onze inzet gericht op onze primaire kerntaken. Belangenbehartiging en voorlichting. Wij hopen samen met de desbetreffende ziekenhuizen hierin nog succesvoller te worden.

Tot onze grote verbazing hadden eind juli, begin augustus alle DIGNA leden een schrijven ontvangen van Bravis Ziekenhuis Locatie Roosendaal waarbij de mogelijkheid gegeven wordt om over te stappen naar Nierpatiënten Vereniging Oosterschelde (NVO). Deze brief had eigenlijk niet verstuurd mogen worden en het spijt ons enorm dat deze brief bij veel mensen voor onrust heeft gezorgd. In het artikel 'Van de bestuurstaafel' leest u hier meer over. Veel leesplezier gewenst!

John Reniers, secretaris



Van de bestuurstafel door secretaris John Reniers

- Zoals vermeld in het voorwoord hadden tot onze grote verbazing eind juli, begin augustus alle DIGNA leden een schrijven ontvangen van Bravis Ziekenhuis Locatie Roosendaal waarbij de mogelijkheid gegeven wordt om over te stappen naar Nierpatiënten Vereniging Oosterschelde (NVO). Deze brief had eigenlijk niet verstuurd mogen worden en het spijt ons enorm dat deze brief bij veel mensen voor onrust heeft gezorgd vanwege de melding dat het lidmaatschap bij Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant per 31-12-2016 vervalst. Dit is pertinent niet waar en volkomen uit de lucht gegrepen. DIGNA is een gezonde en bloeiende vereniging die de belangen van al zijn leden nadrukkelijk zal blijven behartigen. En dat zal ook in de toekomst zo blijven! Het Franciscus Ziekenhuis Roosendaal en het Lievensberg ziekenhuis Bergen op Zoom zijn per 1 januari 2015 samen verder gegaan onder de nieuwe naam 'Bravis ziekenhuis' en omdat de ziekenhuizen nauw samenwerken is het logisch dat beide ziekenhuizen ook samenwerken met één nierpatiëntenvereniging. Uitgangspunt is het belang van de dialysepatiënten van met name Bravis Roosendaal. Men heeft ervoor gekozen om te gaan samenwerken met Nierpatiënten Vereniging Oosterschelde.

Voor de patiënten die onder behandeling zijn bij het Bravis ziekenhuis Roosendaal betekent dit dus dat zij de keus hebben om over te stappen naar de NVO. Uiteraard kunt u ook gewoon lid blijven bij DIGNA, dat is uw vrije keus!

Voor de patiënten die verbonden zijn aan het Amphibia Ziekenhuis Breda en lid zijn bij DIGNA verandert er niets en hoeft men geen actie te ondernemen.

Op 12 en 17 augustus j.l. hebben de besturen van DIGNA en NVO, Bregje Simons (teamleider Dialyse Bravis ziekenhuis, Brigitte Reijnders (MTL Dialyseafdeling MG/PL) en Marjolein Storm (Nierpatiënten Vereniging Nederland) met elkaar rond de tafel gezeten om op een constructieve manier met elkaar te spreken en duidelijkheid te verkrijgen op wederzijdse vragen.

Afgesproken is dat alle DIGNA leden een nieuwe brief ontvangen met vermelding van wat de situatie is en voor de duidelijkheid worden de mogelijkheden nog even op een rijtje gezet:

1. U bent lid bij DIGNA en bent verbonden aan het Amphibia ziekenhuis Breda
Er verandert voor u niets, u hoeft geen actie te ondernemen.
2. U bent lid bij DIGNA en bent verbonden aan Bravis Ziekenhuis Roosendaal
U heeft twee keuzes:
 - ◆ U wilt lid blijven bij DIGNA:
U hoeft dan geen actie te ondernemen.
 - ◆ U wilt per 01-01-2017 overstappen naar Nierpatiënten Vereniging Oosterschelde (NVO).
U dient zich schriftelijk af te melden als lid bij DIGNA en moet zich aanmelden bij NVO.

Verder is het goed om te melden dat de besturen van DIGNA en NVO dit najaar weer in gesprek gaan over meer samenwerking tussen beide verenigingen, zodat uw belangen zo optimaal mogelijk worden behartigd.

- De regiovergadering, welke in eerste instantie gepland was op donderdag 26 mei 2016 en wegens moverende redenen niet door is gegaan, heeft nu plaatsgevonden op woensdag 29 juni 2016 in het Amphibia Ziekenhuis Locatie Molengracht, Breda.

Naast het bestuur en commissieleden van Digna waren hierbij aanwezig Joost van de Molengraaf (NCZ), Antoinette van Houdt (NPVDB), Coby van den Bosch (NPVDB) en Rian van den Eijnden (Nierstichting).

Tal van zaken zijn aan de orde geweest:

- Voornemen van Bravis Ziekenhuis Locatie Roosendaal om m.i.v. 01-01-2017 te gaan samenwerken met een andere patiëntenvereniging, zijnde Nierpatiënten Vereniging "Oosterschelde".
- Terugblik op eerdere themadagen (Vakantiebeurs, World Kidney Day 2016, Themadag voor eerstejaarsgetransplanteerden 2016).
- Diverse soorten lidmaatschap.

Gebleden is dat door de Regionale Nierpatiënten Verenigingen (NPV's) hier op verschillende wijze mee wordt omgegaan.

De regionale nierpatiëntenverenigingen biedt nierpatiënten en partners aan om lid te worden van de desbetreffende nierpatiëntenvereniging. De landelijke NVN biedt eveneens een lidmaatschap aan. Aanbod gecombineerd lidmaatschap is keuze van leden. Combinatie via de regionale nierpatiënten vereniging is heel erg goedkoop; leden verdienen geld! Meerdere patiënten zijn zowel lid van de regionale nierpatiënten vereniging als ook van de NVN. Uiteraard zijn ook patiënten lid van een van de beide verenigingen. De NPV kan de leden de mogelijkheid bieden om een gecombineerd lidmaatschap NPV en NVN te nemen via de eigen NPV.

Bent u lid van een regionale nierpatiëntenvereniging maar nog niet van NVN? U kunt bij uw vereniging aangeven dat u ook lid wilt worden van de NVN. Dan wordt u dubbellid. U hoeft als dubbellid geen contributie aan de NVN te betalen. Dubbele steun voor een enkel tarief dus. Dit geldt alleen voor de regionale verenigingen waar de NVN mee samenwerkt. Wat kost een gecombineerd lidmaatschap? Patiënten betalen in 2016 bij de NVN € 26,50 per lid; via de regionale nierpatiëntenvereniging is dit € 10,20; voordeel is € 16,30. Partners betalen in 2016 bij de NVN € 13,25 per lid; via regionale nierpatiëntenvereniging is dit € 5,10; voordeel is € 8,15.

De regionale nierpatiëntenverenigingen zijn zelfstandig, hebben een eigen bestuur en een door de leden goedgekeurd beleid. Dat betekent dat elke vereniging zelf bepaalt wat ze voor haar leden doet en organiseert en wat het lidmaatschap en een gecombineerd lidmaatschap kost. Vergeleken met alleen een lidmaatschap van NVN is dit echt goedkoop. De verschuldigde NVN-contributie wordt door de regionale nierpatiëntenvereniging, na ontvangst van een factuur, overgemaakt aan NVN.

De keuze voor een gecombineerd lidmaatschap is en blijft een keuze van elk lid zelf.

- Activiteiten (Donorweek, Nederlandse Nierdag, Tweedaagse Regionale Nierpatiënten Verenigingen (RNV's, Themadag over voeding en dieet).
- De rol van de Commissie Regionale Nierpatiënten Verenigingen".
Genoemde commissie behartigt de belangen van alle RNV's.
Belangrijkste aandachtspunten zijn: Huidige samenwerking met Nierstichting en NVN, Toekomstige samenwerking met Nierstichting en NVN, Inhoudelijke onderwerpen, Ondersteuning en versterken Regionale Nierpatiënten Verenigingen. Vanaf 2016 moeten alle verenigingen werken aan 4 kerntaken, zijnde: Collectieve belangenbehartiging, Lotgenotencontact, Informatie en kennisoverdracht, Betrokkenheid ambities en activiteiten.

- Kennismakingsronde van regio-coördinator Rian van den Eijnden, welke een rol krijgt om tot een betere samenwerking te komen tussen de NSN-NVN-RNV.
- Georganiseerde activiteiten door NPV's, activiteiten tijdens behandeling hemodialyse.
- Wijzigingen doorgeven van adres- en contactgegevens, behandelwijze, etc. Het blijkt regelmatig dat wijzigingen van adres, telefoonnummer(s), e-mail of bankgegevens niet worden doorgegeven aan de ledenadministratie. Daarom het vriendelijke verzoek aan eenieder om zo snel mogelijk wijzigingen door te geven. Zo blijft u voor ons bereikbaar en wij houden onze ledenadministratie actueel. Als de persoonsgegevens niet kloppen of er zijn sinds de aanmelding gegevens veranderd, die nog niet zijn doorgegeven, wilt u dit dan zo spoedig mogelijk doen? Verandering in behandelwijze is ook belangrijk voor het blijven ontvangen van Digna Contact. Meld wijziging van behandel fase. Nierziekten verlopen via zogenaamde fasen: predialyse, hemodialyse of thuisdialyse, transplantatie. Deze fasen registreren wij in onze ledenadministratie in verband met de subsidie van de Nierstichting. Meestal vernemen wij niet als de behandeling van de patiënt over gaat in een andere fase. Wij stellen het op prijs als u ons deze wijzigingen laat weten. Wilt u in geval van overlijden ook de ledenadministratie op de hoogte stellen, zodat wij u kunnen condoleren en onze administratie kunnen bijwerken. Vaak ontvangen wij pas na enkele maanden het bericht van overlijden. Getransplanteerd? Laat het ons even weten! Als u iemand kent die is getransplanteerd dan laat het ons even weten. U kunt wijzigingen zenden naar Digna Ledenadministratie, Hofhage 4, 4813 XL Breda
- Vindt u het leuk om iets te delen met de leden van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant. Dat kan zijn uw ervaringen, positief en/of negatief, als nierpatiënt of getransplanteerde. Maar ook uw hobby's, reizen, recepten of zo maar verhalen die interessant zijn of gewoon leuk om gedeeld te worden. De redactie houdt zich aanbevolen voor deze ledenverhalen. Aarzel dus niet en stuur uw verhaal op naar de redactie van Digna Contact. Per post: Redactie Digna Contact, Onderdijk 6/B, 4845 EK Wagenberg. Per e-mail: j.p.a.reniers@casema.nl
- Op zondag 3 juli 2016 waren de leden van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant door het bestuur uitgenodigd voor een gezellige bijeenkomst bij restaurant De Cockpit en Vliegend Museum Seppe op Breda International Airport (Seppe). Dankzij de inzet van Cees Lustig (commissielid) is deze zeer geslaagde activiteit tot stand gekomen.
- De Nierstichting zet zich in voor patiënten van nu en van de toekomst. Het stimuleren van nierdonatie is maar een van de activiteiten. De Nierstichting stimuleert ook wetenschappelijk onderzoek, zet zich in voor preventie, stimuleert (zorg)innovatie en ondersteunt patiënten in hun dagelijks leven. Verder streven ze ernaar om uitkomsten van wetenschappelijk onderzoek en innovaties, zoals de draagbare kunstnier, zo snel mogelijk bij de patiënt te krijgen. Meer informatie: www.nierstichting.nl

- Zondag 18 september 2016 maken we de dagreis Hollandse Glorie met Bertus Busreizen & Brabantse Reisvrienden. Die dag zullen we een bezoek brengen aan molencomplex Kinderdijk, varen met de Glashopper (een elektrisch aangedreven rondvaartboot) voor een mooie route naar Oud Alblas en we gaan het Belasting en Douane museum te Rotterdam bezoeken. De dag wordt afgesloten met een heerlijk 3 gangen diner.
- De komende maanden worden de navolgende activiteiten georganiseerd door Nierpatiënten Verenigen Nederland:
 - Familieweekend Biezenmortel van 23-09-2016 t/m 25-09-2016
 - Wandeltocht Santiago de Compostela (Spanje) voor partners
Datum: 29-09-2016 t/m 10-10-2016
 - Besturenoverleg op 01-10-2016
 - Wetenschapsdag te Lunteren op 07-10-2016 van 10:00 - 17:00 uur
 - Nederlandse Nierdag te Lunteren op 08-10-2016 van 09:30 - 15:30 uur
 - Donorweek Verspreid door Nederland van 10-10-2016 t/m 16-10-2016
 - Avond voor donoren. Datum: 12-10-2016
 - Themadag over voeding en dieet op 29-10-2016
 - Symposium Toekomst nierpatiënt zonder ingrijpende behandelingen?
Datum: 04-11-2016 van 17:30 - 22:00
 - Vrijwilligersdag op 05-11-2016
 - Algemene ledenvergadering op 26-11-2016
- Digna Nierpatiëntenvereniging voor West Brabant heeft onlangs 3 Bionic Dialysetrappers type VELO aangeschaft en deze geschonken aan afdeling dialyse Amphia Ziekenhuis Breda MG/PL. Mede hierdoor zijn er momenteel voldoende dialysetrappers aanwezig. Hopelijk wordt er door de dialysepatiënten tijdens hun behandeling veel gebruik van gemaakt. 'De dialysefiets zorgt voor een gezondere patiënt', is het uitgangspunt van de nefroloog. De volgende voordelen zijn: minder kramp, gemakkelijker traplopen en een beter humeur. Allemaal zaken die de kwaliteit van het leven vergroten!
- Zondag 18 december 2016 zal de traditionele Kerstviering worden gehouden voor de leden van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant. De uitnodigingen hiervoor zullen te zijner tijd worden verzonden.
- In de Volkskrant V Zomer Magazine Wetenschap, 13 augustus 2016 werd mijn aandacht gevestigd op een zeer interessant artikel over 'Varkens met menselijke nieren kweken in 9 stappen'. Wetenschappers in Californië kweken menselijke nieren in levende varkens. Een verslaggever ging kijken om polshoogte te nemen. In de Winter uitgave van Digna Contact zullen wij hier nader op in gaan!
- Onlangs bereikte ons het droevige bericht dat ons lid de heer Cees Schuller op 27 juli j.l. is overleden. Vanaf deze plaats wensen wij zijn echtgenote en verdere familie veel sterkte toe dit verlies te dragen.

Beweegmaand op de dialyse Amphia 2016

Net zoals vorig jaar was er dit jaar ook weer een beweegmaand op de dialyse Amphia. Een dertigtal studenten van het CIOS in Goes (sportopleiding) en fysiotherapiestudenten van Avans hebben hieraan meegewerkt.

De fysiotherapiestudenten hebben een aantal behandelplannen voor patiënten geschreven en de CIOS studenten hebben deze met de patiënten samen uitgevoerd.

Bij de andere patiënten hebben de studenten gekeken naar de mogelijkheden van bewegen, onder andere samen gefietst, actief geweest met de bal en de ballon en ringwerpen.

Er was een competitie tussen de units op de Molengracht; dit kon je bereiken door samen op de unit zoveel mogelijk te bewegen.

Zo kon je als unit als eerste de TOP van de ALP Dialyse bereiken. Er werd erg fanatiek meegedaan, bewegen geeft namelijk veel plezier. Bewegen zorgt tijdens de dialyse voor een betere afvoer van de afvalstoffen, mensen blijven soepel, na vier uur zitten zijn mensen minder stijf, de tijd gaat sneller voorbij, men beleeft er plezier aan.

We gaan natuurlijk het hele jaar door met bewegen. Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant heeft ons al gesteund door extra fietsen te schenken, dus iedereen kan meedoen.

Ook in de wachtruimte staan mooie fietsen (hometrainer) om alvast te starten met bewegen terwijl je wacht op het aansluiten, of na de dialyse te bewegen terwijl je op de taxi wacht.

Zelfs de taxichauffeurs fietsen als ze op patiënten wachten.

Als u niet in de mogelijkheid bent om te fietsen kunt u bijvoorbeeld ook een stukje achter de rolstoel lopen of van de weegschaal naar de stoel en terug te lopen, alle kleine beetjes helpen.

Ideaal zou zijn wanneer er een vrijwilliger gevonden kon worden die als sport- en beweegbegeleider kan functioneren tijdens de hemodialysebehandeling van nierpatiënten op de dialyse afdeling in het Amphia Ziekenhuis Locatie Molengracht en/of Pasteurlaan!

Wij wensen iedereen veel beweegplezier op de dialyse.

Anja Koeken en Marian Bastiaens (verpleegkundigen dialyse)



Nieuwe collega's gezocht!

Wij zoeken mensen die samen met ons de belangen van nierpatiënten willen behartigen. Wij zoeken bestuursleden dat met ons mee wil doen!

Helaas heeft de voorzitter om persoonlijke redenen zijn functie beëindigd. Hierdoor zoeken wij een bestuurslid voorzitter, welke niet per se zelf nierpatiënt hoeft te zijn. Enige affiniteit met nierpatiënten is wel gewenst om onze vereniging zo goed mogelijk te kunnen vertegenwoordigen. In principe heeft de voorzitter vooral een aansturende functie; door een passende werkverdeling is het geen enorme hoeveelheid werk. Het is gewoon leuk om samen met enthousiaste collega's een bijdrage te leveren aan het besturen van de Digna.

Commissieleden

Het bestuur is voornemens een commissie Communicatie in te stellen. Wij zoeken mensen die willen meewerken in de commissie Communicatie. Het gaat hierbij om ons ledenblad Digna Contact en eventuele nieuwsbrieven. Je hoeft beslist geen kennis te hebben van techniek maar het verzorgen van communicatie moet je wel leuk vinden. Je werkt samen met enkele enthousiaste collega's en mensen die artikelen aanbieden.

Tevens is het bestuur op zoek naar een vrijwilliger die als sport- en beweegbegeleider kan functioneren tijdens de hemodialysebehandeling van nierpatiënten op de dialyse afdeling in het Amphia Ziekenhuis MG/PL. Sportief bewegen is ook voor mensen met een chronische aandoening een goed idee. Maar hoe betrek je hen als sport- en beweegbegeleider bij je activiteiten? Voor iemand met een chronische aandoening is bewegen niet vanzelfsprekend. Vragen als 'is het wel mogelijk om te bewegen met mijn aandoening' of 'welke activiteiten zijn geschikt voor mij' komen vaak voor. Sporten en een chronische aandoening kunnen goed samengaan als je je aan de 'spelregels' houdt. Verdiep je als sportbegeleider in deze vragen en spelregels, zodat je potentiële deelnemers beter kunt betrekken bij de activiteiten die je organiseert. Voor iemand met een chronische aandoening is niet elke activiteit haalbaar, maar er blijven waarschijnlijk genoeg activiteiten over om wel plezier aan te beleven.

Iedereen kan meedoen! Patiënten, partners, familieleden en alle mensen die op de een of andere wijze betrokken zijn bij nierpatiënten

Het bestuur nodigt u van harte uit voor een gesprekje om meer informatie te verstrekken over het meewerken als bestuurslid of als commissielid. Meer informatie:

- Ad van den Enden (penningmeester NPV Digna), Telefoon: 076-5217012; Mobiel: 06-44028003; E-mail: avdenden@ziggo.nl
- John Reniers (secretaris NPV Digna), Telefoon: 076-5933607; Mobiel: 06-13713038; E-mail: j.p.a.reniers@casema.nl

Huidproblemen

Jeuk lijkt veel op pijn.

Mensen die last hebben van chronische jeuk, zeggen zelfs dat jeuk erger is dan pijn.

In negatieve stemming meer jeuk

Bijna 1 op de 6 patiënten van een huisarts komt daar wegens huidaandoeningen als eczeem of psoriasis, en de helft van hen klaagt over chronische jeuk. Voortdurende kriebel kan mensen zelfs depressief maken. Medisch psycholoog Antoinette van Laarhoven van de Radboud Universiteit in Nijmegen is op vrijdag 30 maart 2012 gepromoveerd op een onderzoek naar chronische jeuk. Ze heeft als eerste onderzocht welke factoren invloed hebben op het voelen van kriebels. "Op jeuk rust nog een taboe, je gaat in het openbaar niet uitgebreid staan krabben", zo verklaart de promovenda de geringe wetenschappelijke belangstelling tot nu toe.

Afweersysteem Jeuk en pijn zijn volgens Van Laarhoven allebei deel van het lichamelijk afweersysteem: ze waarschuwen dat er iets aan de hand is. Jeuk en pijn activeren ook dezelfde hersengebieden en lijken daarom op elkaar. Van Laarhoven bezorgde proefpersonen op verschillende manieren jeuk. Ze concludeert dat de kriebels die mensen ervaren, net zoals pijn, erger zijn als men van tevoren weet dat het gaat jeuken. Ook hadden degenen die in een negatieve stemming waren meer jeuk dan anderen. Tot nu toe wordt chronische jeuk behandeld met zalfjes en medicijnen.

Maar Van Laarhoven denkt dat gedragstherapie en ontspanningsoefeningen ook kunnen helpen. Bij pijnbestrijding is dit al een gebruikelijke behandelmethode.

Jeuk bij nierinsufficiëntie

De oorzaak hiervan is niet echt bekend. De jeuk ontstaat mogelijk door de ophoping van afvalstoffen in het bloed of in de huid zelf, maar kan ook te maken hebben met een aantasting van de zenuwen. In enkele gevallen wordt de jeuk veroorzaakt door een stoornis in de kalk [calcium] huishouding. Bij jeuk is het belangrijk dat de hoeveelheid fosfaat in het bloed niet te hoog wordt. De jeuk wordt soms minder na de start van de dialyse, na transplantatie zal de jeuk meestal verminderen of verdwijnen.

Huidproblemen bij dialysepatiënten en patiënten met een niertransplantatie Huidafwijkingen bij nierpatiënten kunnen in twee soorten onderverdeeld worden, te weten: huidproblemen bij dialysepatiënten en huidproblemen bij transplantatiepatiënten. De huidproblemen zijn totaal verschillend. Allereerst zal ik ingaan op de huidproblemen bij dialyse (zie ook tabel 1). Het meest voorkomende probleem bij dialyse is jeuk, waarbij 8% van de patiënten zware jeuk heeft, 24% matige jeuk en 66% lichte jeuk. Jeuk wordt veroorzaakt door een stapeling van ureum in de huid. De geelgroene kleur van het ureum zorgt er tevens voor dat patiënten die langdurig dialyseren soms een wat grijs/gele huidkleur krijgen.

De jeuk bij dialysepatiënten kan trouwens vrij goed met lichttherapie worden behandeld en met deze indicatie wordt deze therapie nog steeds vergoed. Een bijkomend probleem is de droogheid van de huid, bijna 60% van de dialysepatiënten heeft er last van. Deze droogheid wordt waarschijnlijk veroorzaakt door een vermindering van de zweet- en talgklierproductie. De behandeling kan plaatsvinden met vette crèmes of zalven, waarbij vermeld moet worden dat producten die zonder recept verkrijgbaar zijn meestal niet vet genoeg zijn. Huidveranderingen zoals hyperpigmentatie of chronische nagelveranderingen worden ook wel gezien, maar veroorzaken meestal alleen cosmetische klachten. Dialysepatiënten ontwikkelen wat meer rimpeling van de huid dan personen die niet dialyseren, en lijden vaker aan.

bindweefselaandoeningen aan de binnenkant van de handen (contractuur van Dupuytren). Meestal moet een contractuur van Dupuytren operatief gecorrigeerd worden. Voorts wordt regelmatig het zogenoemde 'fenomeen van Raynaud' gezien, waarbij de vingers soms wit kleuren vanwege een doorbloedingsstoornis. Zeldzame huidafwijkingen zijn de zogenoemde perforerende dermatosen, waarbij vaak deels sterk jeukende wondjes ontstaan (voornamelijk aan de ledematen), alsmede een verkalking van de huid, hetgeen een bijzonder ernstig symptoom is en tot grote wonden kan leiden. Verder moet nog opgemerkt worden dat patiënten die langdurig dialyseren door schade aan de kleine bloedvaten een slechtere wondgenezing hebben.

De huidveranderingen bij patiënten die een niertransplantatie hebben ondergaan, zijn totaal anders dan de huidproblemen bij dialysepatiënten. Deze veranderingen ontstaan door de therapie die gerelateerd is aan de transplantatie. De gedachte achter alle therapieën is dat het immuunsysteem onderdrukt wordt om afstoting te voorkomen, maar dat betekent wel dat alle therapieën, in meer of mindere mate, een verminderde afweer tot gevolg hebben. Door deze verminderde afweer hebben patiënten met een transplantatienier meer kans op huidinfecties, wat in de praktijk echter zelden tot grote problemen leidt. Een veel groter probleem is dat het immuunsysteem een belangrijke rol speelt bij het voorkomen van zowel goedaardige als ook kwaadaardige tumoren. Patiënten die lange tijd afweer onderdrukkende medicijnen gebruiken ontwikkelen dan ook vooral meer storende wratachtige huidaanshangsels die er in eerste instantie ontsierend uitzien. In tweede instantie hebben patiënten een veel grotere kans op het ontstaan van kwaadaardige huidgezwellen. Patiënten waarbij het immuunsysteem langdurig onderdrukt wordt, hebben een zeventigmaal verhoogde kans op het ontstaan van huidkanker. Er zijn in principe drie vormen van huidkanker:

- Basaalcelcarcinoom, welke de meest voorkomende en goedaardige vorm is van huidkanker, en die in principe niet uitzaait in het lichaam.
- Plaveiselcelcarcinoom, een regelmatig voorkomende vorm van huidkanker, die 23 normaliter in minder dan 5% van de gevallen uitzaait.
- Melanoom of kwaadaardige moedervlek, die zeer kwaadaardig kan zijn en uit kan zaaien naar lymfeklieren en andere organen. Bij mensen die langdurig afweeronderdrukkende medicijnen slikken neemt in verhouding de variant plaveiselcelcarcinoom het meeste toe.

Voor alle vormen van huidkanker geldt dat een belangrijke bijkomende factor de blootstelling aan zonlicht is. Waarschijnlijk speelt dit niet alleen na de transplantatie een rol bij het ontstaan van huidkanker, maar ook blootstelling aan zonlicht voor de transplantatie is van invloed bij het ontwikkelen van huidkanker. Vastgesteld is dat excessieve blootstelling aan zonlicht na een transplantatie ontraden moet worden. In de praktijk zien wij vaak dat mensen die langer dan 20 jaar afweeronderdrukkende medicijnen na hun niertransplantatie slikken, zeer snel achter elkaar huidkankerplekjes ontwikkelen. Soms is het mogelijk om met zogenoemde vitamine A-zuurderivaten die men moet slikken, de vorming van de huidkankerplekjes te onderdrukken. In het geval van huidkankerplekjes in het gezicht is het mogelijk zowel basaalcelcarcinomen als ook plaveiselcelcarcinomen met 'Mohs' chirurgie' te verwijderen, welke chirurgische techniek als voordeel heeft dat al tijdens de operatie wordt gekeken of de kankerplek radicaal verwijderd is. Zodoende kan, met grotere zekerheid dan bij een conventionele excisie (klassieke ingreep), de huidkanker verwijderd worden.

Door: Kai Munte, dermatoloog, Maasstad Ziekenhuis Rotterdam Bron: levenslijn maart 2014

Tabel 1, Huidproblemen bij dialyse

- Pruritis (48%)
- Xerosis cutis (60%)
- Hyperpigmentatie
- Nagelveranderingen
- Porpherieachtige veranderingen (door stapeling voorloper rode bloedcellen overgevoeligheid voor zonlicht)
- Toename huidkanker (licht toegenomen)
- Contractuur volgens Dupuytren
- Symptoom (of fenomeen) van Raynaud
- Perforerende collagenose
- Calciphylaxis

'Krabben maakt jeuk alleen maar erger'

Decennialang is al bekend dat door krabben een lichte pijn ontstaat. Volgens de onderzoekers blokkeert dat pijnsignaal het jeuksignaal in de zenuwvezels van de huid. Hierdoor gaan de hersenen meer van de stof serotonine aanmaken. En deze stof maakt het gevoel van jeuk juist intensiever. 'Krabben kan jeuk verlichten door het creëren van lichte pijn. Maar wanneer het lichaam reageert op pijnprikkels, kan het de jeuk erger maken.'

'Waarom lijkt een plek die jeukt te verplaatsen als je eenmaal gaat krabben?'

Je voelt jeuk. In eerste instantie geef je er niet aan toe, maar dan houd je het niet meer: je begint met krabben. De jeuk lijkt weg te trekken, maar op een andere plek juist te ontstaan. Hoe kan dat?

Allereerst zorgt krabben ervoor dat bepaalde cellen in de huid, zogenaamde mestcellen, worden gestimuleerd. Door die stimulatie geven die cellen histamine af, een stof die jeukt veroorzaakt.

Omdat mensen vaak een groter gebied dan het jeukende gebied krabben, lijkt het alsof de jeuk zich verplaatst. In wetenschappelijke termen heet dit 'fysische urticaria'. De tweede reden is een stressreactie van het lichaam. Door een jeukaanval maakt het lichaam adrenaline aan. Dat zorgt ervoor dat de huid iets gaat zweten, wat tot nieuwe jeuk leidt. Ook hierdoor lijkt de jeuk zich te verplaatsen. Vooral mensen met een droge huid hebben hier last van

Fitter naar huis...

Helaas ben ik ook een van de 'gelukkige' die vanaf 20 mei 2016 noodgedwongen ben overgeleverd aan hemodialyse en word ik 3 keer per week, gedurende 4 uur aangesloten op de dialysemachine. Dialyse is zeer belastend voor patiënten. Bij hemodialyse gaat het om een langdurige, intensieve behandeling. Tegenwoordig kun je fietsen tijdens een dialyse behandeling. Fietsen is een van de vele Nederlandse woorden met twee betekenissen. In de ene betekenis is fietsen een werkwoord wat het bewegen op een rijwiel aangeeft en in de andere betekenis is fietsen het meervoud van het zelfstandig naamwoord fiets. Die twee betekenissen van het woord fietsen kunnen een heleboel associaties oproepen. De een zal denken aan een prachtige tocht die onlangs nog werd gemaakt en bij de ander schiet het wellicht te binnen dat zijn mountainbike nog onder de modder zit en hoognodig schoongemaakt moet worden. De associatie die ik heb is het maken van een lange fietstocht met Ellie, mijn lieve zorgzame vrouw en maatje, op onze Gazelle E-Bike. Bij binnenkomst op de dialyse afdeling in het Amphia Ziekenhuis Locatie Molengracht en Pasteurlaan zag ik verpleegkundigen regelmatig met een Bionic Dialysetrapper type VELO lopen te leuren. Hier moest ik meer van weten en ik trof een fit en jong uitziende man aan van boven de 70 die zittend in een dialysestoel/behandelstoel geruisloos fietste door middel van een aan de stoel gemonteerde dialysetrapper. Dit was voor mij 'het Ei van Columbus'. Drie keer 2,5 tot 3 uur per week brengt ik zo door waarna ik ontspanning zoek in een tijdschrift, boek of iPad, het uitwerken van diverse notulen, het maken van een babbeltje met mijn lotgenoten (Bets, Pierre, Ad, Piet en Nico) en de verpleegkundigen. Natuurlijk worden we ook overgoten met tal van sportprogramma's (tennis Roland Garros en Wimbledon, diverse wielervedstrijden zoals de Ronde van Zwitserland, Giro d'Italia, Tour de France, EK Voetbal en vanaf 5 augustus de Olympische Spelen in Rio de Janeiro te Brazilië). Met opvallend gemak fiets ik op de dialysefiets. Het principe is hetzelfde als bij een modern fitnesscentrum, je fietst terwijl het beeldscherm je meeneemt over de Leidse en Amsterdamse grachten, de straten van Parijs of heroïsche sportmomenten. De beelden zijn erg mooi en geven een ontspannend gevoel. De volgende voordelen zijn: minder kramp, gemakkelijker traplopen en een beter humeur. Allemaal zaken die de kwaliteit van het leven vergroten. Als cijfer voor het fietsen tijdens dialyse geef ik een 8,5. De tevredenheid straalt van mijn gezicht. 'De dialysefiets zorgt voor een gezondere patiënt', is het uitgangspunt van de nefroloog. Volgens de verpleegkundige zijn er op de afdeling meerdere patiënten die gebruik maken van deze fiets. Komende op de afdeling dialyse Amphia Ziekenhuis MG/PL kreeg ik al zeer snel in de gaten dat er een tekort is aan Bionic Dialysetrappers type VELO. Als secretaris van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West- Brabant heb ik dit probleem in overleg met mw. Brigitte Reijnders (MTL Dialyseafdeling MG/PL, Zorgkern Interne Geneeskunde) gelijk aangekaart bij ons bestuur en hebben wij unaniem besloten om 3 Bionic Dialysetrappers type VELO aan te schaffen en deze te schenken aan afdeling dialyse Amphia Ziekenhuis Breda MG/PL. Onze vereniging organiseert regelmatig bijeenkomsten, uitjes, dagreis, etc. voor al onze leden (Patiënt - Hemodialyse, Peritoneale dialyse (CAPD/ APD), Medicijnen, Niertransplantatie postmortale nier, Relatietransplantatie - ouder van een nierpatiënt, Partner lid, Donor, Donateur).

Opvallend is dat er relatief weinig patiënten Hemodialyse en Peritoneale dialyse (CAPD/ APD) aan deze geweldige activiteiten deelnemen.

Met het schenken van deze dialysetrappers komen we enigszins tegemoet aan de doelstellingen omschreven in onze statuten (het behartigen van de belangen van de dialysepatiënten van het Amphia Ziekenhuis Breda MG/PL, van de thuisdialyserende patiënten, medisch verbonden aan voormeld ziekenhuis, alsmede van bedoelde patiënten nadat die een niertransplantatie hebben ondergaan, en voorts alles te doen wat daar mede in de ruimste zin van het woord verband houdt). Ik ben heel benieuwd of het fietsen een belangrijk aspect wordt bij de behandeling van de dialyse patiënt. Wie weet kunnen dialyse en sportiviteit dan in één adem worden genoemd.

Door: John Reniers, secretaris Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant



Gezellige bijeenkomst bij restaurant De Cockpit en Vliegend Museum Seppe op Breda International Airport (Seppe)

Op zondag 3 juli 2016 waren de leden van Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant uitgenodigd voor een gezellige bijeenkomst bij restaurant De Cockpit en Vliegend Museum Seppe op Breda International Airport (Seppe). Hiervoor hadden zich 53 leden en partners niet leden aangemeld. Acte de présence werd gegeven door 51 personen.

We werden ontvangen met 2x koffie of thee met heerlijk gebak. Ondertussen werd gesproken over koetjes en kalfjes en werden beleefdheden uitgewisseld. Daarna werden we verwacht in het Vliegend Museum Seppe.

Vliegend Museum Seppe is een non-profit organisatie, in stand gehouden door de tomeloze inzet van leden en vrijwilligers, die in een eigen hangaar op het vliegveld Seppe een bijzondere collectie luchtwaardige historische vliegtuigen en gerelateerde objecten tentoonstelt (de beroemde De Havilland Tiger Moth, een voor-oorlogse-tweedekker, een zeldzame Luscombe Silvaire, diverse Piper Clubs, een imposante Yak-52, een prachtige replica Wright Flyer 1903, een unieke reconstructie van een echte Messerschmitt Me 109 en een serie vliegtuigmotoren). Hier werden we door de gastheren vrijwilligers in drie groepen verdeeld voor de binnenrondleiding. Bij de binnenrondleiding kreeg onze groep eerst uitleg over de oude vliegtuigmotoren en daarna waren de vliegtuigen aan de beurt. Het zijn allemaal oudere toestellen. Martin van Rooyen was onze begeleider en vertelde er van alles over. Je kon aan hem ook allerlei vragen stellen en hij wist overal antwoord op. Bijna alle deze vliegtuigen vliegen nog regelmatig. De meeste vliegtuigen gaan ook naar andere landen om mee te doen aan vliegtuigshows.

Na deze rondleiding hadden we dorst en hebben we in afwachting van het 3 gangen diner nog een lekker glaasje gedronken in de gereserveerde zaal van het restaurant De Cockpit.

Vervolgens was het tijd om voor de inwendige mens te zorgen. Gekozen kon worden uit soep naar keuze (tomaten, kippen, groenten of champignonsoep), hoofdgerecht naar keuze (rumpsteak met milde pepersaus, varkenshaas medaillons met champignonroomsaus, gebakken zalmfilet met Hollandaise saus, in de roomboter gebakken sliptongen) en dessert fantasie.

Gezien de reacties en stralende gezichten na afloop al met al een topmiddag met een zeer goed verzorgd en heerlijk diner!



Door: John Reniers, secretaris Digna Nierpatiëntenvereniging voor West-Brabant

Ouderen twifelen onterecht of ze wel geschikt zijn als orgaandonor

Nieuwsbericht | 01-08-2016

Mensen willen graag een leven redden door orgaandonor te worden. Het blijkt echter dat veel mensen twifelen of ze wel geschikt zijn als orgaandonor. Dit speelt vooral bij ouderen. Maar dat is nergens voor nodig: Iedereen kan zich registreren als donor! Vandaag start daarom de campagne 'Een leven redden. Je hebt het in je.' om te laten zien dat iedereen het in zich heeft een leven te redden.

Groot deel van de gebruikte donororganen komt van 56+ers

Ouderen denken vaak dat hun organen, vanwege de leeftijd, na hun dood niet meer bruikbaar zijn om het leven van anderen te redden. In werkelijkheid geldt het tegendeel: in 2015 was bijna de helft van de daadwerkelijke donoren 56 jaar of ouder. Met hun organen zijn vorig jaar honderden levens gered. Je zou het wellicht niet denken, maar op je nieren en lever zit helemaal geen houdbaarheidsdatum. En zowel huid als hoornvliezen zijn tot hoge leeftijd bruikbaar.

Ziekte, medicijngebruik en ongezonde levensstijl geen reden om geen donor te worden

Mensen twifelen niet alleen vanwege hun (hogere) leeftijd. Ook mensen die ziek zijn, medicijnen gebruiken, roken of drinken willen anderen 'niet opzadelen met ongezonde organen.' Ze denken vaak dat ze hierdoor geen donor kunnen worden. Maar een ziekte of ongezonde levensstijl heeft niet altijd effect op het hele lichaam. Als een lever aangetast is, betekent dat niet dat je met je longen geen leven meer kunt redden.

Veel mensen al orgaandonor

In Nederland staan bijna 6 miljoen mensen geregistreerd in het donorregister. Maar daar moeten er nog veel meer bij komen. In 2015 overleden 134 mensen terwijl ze op de wachtlijst stonden voor een donororgaan. Hoe meer mensen zich registreren als orgaandonor, hoe meer levens gered kunnen worden. Een leven redden. Je hebt het in je. Twijfel je zelf of jouw organen wel geschikt zijn?

Kijk op www.orgaandonatie.nu.

Maatschappelijk werk Amphia Ziekenhuis

Opkomst 'Facebookdonor' stelt nefrologen voor dilemma's

Interview met Nefroloog dr. Nurmohamed (VUmc)

woensdag 16 maart, 2016

Steeds vaker komt het voor: nierpatiënten die via sociale media zoals Facebook op zoek gaan naar een donornier. Dat is begrijpelijk, maar betekent ook nieuwe vragen voor transplantatiecentra én patiënten, zegt Azam Nurmohamed, nefroloog in het VU medisch centrum (VUmc) in Amsterdam en medeopsteller van een handreiking hierover.

Als een nierpatiënt een oproep op Facebook zet, kan de respons overweldigend zijn, zegt Nurmohamed. 'Stel dat iemand honderd aanmeldingen krijgt. Als transplantatiecentrum kunnen we moeilijk honderd mensen tegelijk gaan screenen. Daar gaat veel tijd en werk in zitten. We zouden een hele club nieuw personeel voor moeten aanstellen.'

Teleurstelling

Ook de patiënt kan extra begeleiding nodig hebben. 'Een bericht op Facebook is gemakkelijk gepost. Mensen melden zich vaak in een opwelling aan, maar bedenken zich weer als duidelijk wordt wat er allemaal bij komt kijken. Dat kan een grote teleurstelling zijn voor de patiënt.'

Handreiking

Nurmohamed was betrokken bij de oprichting van het transplantatiecentrum van het VUmc, dat bestaat sinds 2007 en waar vorig jaar 59 niertransplantaties zijn uitgevoerd, waarvan ongeveer twee derde met een levende donor. Ook is Nurmohamed lid van de landelijke werkgroep die begin dit jaar een handreiking heeft gepubliceerd voor de omgang met 'Facebookdonoren' – gerichte altruïstische donatie, is de officiële term.

Screening

'We raden een eerste, snelle screening aan via de huisarts', vat Nurmohamed het advies van de werkgroep samen. 'Op grond daarvan kun je al een schifting maken. Daarna roep je een klein aantal potentiële donoren – drie tot vijf – op voor een screening. Indien nodig volgt een volgend groepje, enzovoort.'

Levende donor

De opkomst van de 'Facebookdonor' is het gevolg van twee ontwikkelingen: het toenemend gebruik van sociale media en de groeiende aandacht voor nierdonatie door levende donoren. 'We zijn in de loop der jaren steeds meer transplantaties met levende donoren gaan doen. Het is steeds veiliger geworden voor de donor, en voor de ontvanger zijn de voordelen groot.'

Voordelen

Een nier van een levende donor is in een betere conditie dan die van een overleden donor, en gaat aanzienlijk langer mee. Patiënten hoeven niet op de wachtlijst en soms kan ook dialyse worden voorkomen. Ook belangrijk: een operatie met een levende donor wordt gepland en rustig voorbereid, een transplantatie met een overleden donor moet altijd op stel en sprong plaatsvinden.

Actiever

‘We zijn mensen actiever gaan vragen na te denken over de mogelijkheid van donatie bij leven’, zegt Nurmohamed. Deze mogelijkheid betekent dat patiënten zelf op zoek moeten naar een donornier. ‘Dat kan best moeilijk zijn: iemand om een nier vragen is niet niks.’ Voor een nier van overleden donoren is er een wachtlijst, maar een landelijk bestand van mensen die hun nier willen afstaan is er niet. Vandaar dat sociale media steeds vaker een rol spelen.

Mitsen en maren

Nurmohamed raadt patiënten niet aan om via sociale media op zoek te gaan naar een nierdonor, maar raadt het ook niet af. ‘Ik vertel wat de mitsen en maren zijn. Er is een kans op heel veel teleurstellingen. Daar moet je mee kunnen omgaan. Maar de kans op succes is er natuurlijk ook. Hier in dit centrum hebben we ook donor-ontvanger-koppels gehad die elkaar via sociale media hebben leren kennen. De eerste keer was al in 2009, en we verwachten het in de toekomst alleen maar vaker te zien.’

HUMOR

De directeur van Heineken, de directeur van Bavaria en de directeur van Grolsch gaan samen op een terrasje wat drinken. De ober komt eraan en vraagt aan de directeur van Heineken: "Wat wilt u drinken?" De directeur zegt: "Een glaasje Heineken graag." Dan vraagt de ober aan de directeur van Bavaria wat hij wil drinken. "Een glaasje Bavaria graag." Dan vraagt hij aan de directeur van Grolsch wat hij wil drinken. "Doet u mij maar een glaasje water." "Wat?" roepen de andere directeuren, "bestel jij water?" "Ja," zegt de directeur van Grolsch, "als jullie geen bier gaan drinken, drink ik ook geen bier!"

Een Belg tankt in Holland bij een selfservice station. Hij gaat naar binnen om te betalen, gaat naar buiten en komt direkt daarna in paniek weer binnen. "Alez", zegt hij, "nu heb ik mijne voiture gesloten en de sleutels erop laten steken". "Geen paniek", zegt de bediende, "dat gebeurt wel vaker. U krijgt van mij een schroevendraaier, een doekje en een ijzerdraadje mee. Met de schroevendraaier duwt u het raamrubber opzij, u doet het doekje ertussen om niets te beschadigen, en met het ijzerdraadje hengelt u het pinnetje van de deur open". De Belg is helemaal opgelucht en loopt weer naar buiten. Vijf minuten later komt een Hollander binnen. "Wat ik nu toch heb meegemaakt", zegt hij verbaasd tegen de bediende. "Nou, wat dan?" vraagt deze. "Staat er buiten een Belg met een ijzerdraadje z'n deur open te hengelen!" "En?" vraagt de bediende, "Dat maken wij hier regelmatig mee!". "Ja", zegt de Hollander, "maar toch niet dat de vrouw in de auto zit en roept: "Beetje naar links, beetje naar links!"

Nathalieke was niet de beste leerling op de katholieke school want meestal lag ze tijdens de les te slapen. Op een dag vroeg de lerares, een nonnetje, aan haar terwijl ze lag te pitten: "Vertel eens Nathalieke wie schiep de wereld?" Toen Nathalieke niet antwoordde, pakte klein Sjefke, haar vriendje die achter haar zat, zijn potlood en prikte haar in haar achterste om haar wakker te maken. "God allemachtig!" schreeuwde Nathalieke. "Heel goed!" zei de non en vervolgde de les. Even later vroeg de non aan Nathalieke: "Wie is onze Heer en zaligmaker?" Maar kleine Nathalieke lag alweer te pitten. En weer redde Sjefke haar door haar in haar achterste te prikken met zijn potlood. "Jezus Christus!" schreeuwde Nathalieke. En weer complimenteerde de non Nathalieke die even later weer in haar dromen wegzakte. De non stelde haar voor de derde keer een vraag: "wat zei Eva tegen Adam nadat ze haar 10e kind had gekregen?". Weer probeerde Sjefke haar te redden, maar dit keer sprong Nathalieke op en schreeuwde: "Als je dat ding nog een keertje in m'n gat steekt, breek ik hem doormidden !!!". Toen viel de non flauw

Nederlandse Nierdag 8 oktober 2016

Zaterdag 8 oktober organiseert de Nierpatiënten Vereniging Nederland (NVN) de vierde Nederlandse Nierdag (NND). De NND is hét evenement voor mensen met een nierziekte, hun familieleden en vrienden, (nier)professionals en andere belangstellenden.

De dag biedt u een rijke schakering aan activiteiten die het thema 'Haal eruit wat erin zit!' eer aan doen:

- Erik Scherder, hoogleraar klinische neuropsychologie en bekend van De Wereld Draait Door, opent de NND. Hij legt uit hoe belangrijk lichamelijke activiteit is voor lichaam en geest.
- U kunt actief deelnemen aan een van de workshops, u laten bijpraten door een deskundige tijdens een presentatie en/of aanschuiven aan een thematafel.
- Op de informatiemarkt vindt u tal van kraampjes met lekkere, leuke of nuttige producten en informatie.
- Er is gezellige muziek om naar te luisteren en het kunstproject "Haal eruit wat erin zit!" om te bekijken.
- U kunt uw geluk beproeven en meespelen met het Rad van Avontuur.
- En natuurlijk is er volop gelegenheid om van gedachten te wisselen en met elkaar in gesprek te gaan.

Programma

Hele dag sfeervolle markt op het marktplein en muziek

- 09.30 uur Welkom met een kopje koffie en thee
- 10.00 uur Opening door Hans Bart, directeur NVN
En: lancering van het eerste landelijke keuzeondersteuningsinstrument!
- 10.20 uur Lezing door prof. Erik Scherder over lichamelijke activiteit, lichaam en geest
- 11.30 uur Sessie I: u kunt een keuze maken uit het ochtendaanbod van workshops, presentaties en thematafels
- 12.30 uur Lunch & gelegenheid de markt te bezoeken
- 13.30 uur Sessie II: u kunt een keuze maken uit het middagaanbod van workshops en presentaties
- 15.00 uur Speel mee met het Rad van Fortuin!
- 15.30 uur Einde Nederlandse Nierdag 2016

Bij de sessies in de ochtend en middag kunt u zelf een keuze maken uit een interessant aanbod. Onderwerpen zijn o.a. Werk, inkomen en scholing, eenzaamheid, rol van de regionale patiëntenvereniging, overtuigend communiceren, stress en gezondheid, draagbare kunstniet, samen beslissen, nierziekte en relaties. Voor het volledige aanbod en inschrijving kijk op <https://www.nvn.nl>

Locatie

Congrescentrum De Werelt
Westhofflaan 2
6741 KH Lunteren

Congrescentrum De Werelt in Lunteren is een van de fraaist gelegen congresaccommodaties in Nederland. De accommodatie is volledig rolstoeltoegankelijk en goed bereikbaar. Er is ruime parkeergelegenheid. Vanaf het station Lunteren is het 15 minuten lopen, maar u kunt ook met het gratis pendelbusje meerijden. Geef dat dan aan op het inschrijfformulier.

Kosten

Deelname aan de Nederlandse Nierdag 2016 is voor leden van de NVN gratis! Niet-leden betalen een bijdrage van € 26,50 per persoon (€ 13,25 als uw partner NVN-lid is of wordt). U kunt dan zonder extra bijdrage de rest van 2016 nader kennismaken met het aanbod van de NVN. Als niet-lid ontvangt u een factuur voor de betaling van uw deelname. Na betaling ontvangt u in de week van 26 september uw entreebewijs voor de NND. Bent u lid, dan is uw ledenpas uw entreebewijs.

Ook naar de Wetenschapsdag?

Op vrijdag 7 oktober vindt in De Werelt de [Wetenschapsdag](#) plaats, georganiseerd door de NVN in samenwerking met de Nederlandse Federatie voor Nefrologie (NfN) en Niernieuws. Vol interessante informatie over onderzoeken en ontwikkelingen in de nierwereld. Voor het volledige programma en aanmelding ga naar <https://www.nvn.nl>

Maatschappelijk werk Amphia Ziekenhuis.

Digna Nierpatiëntenvereniging voor “West Brabant”

Voor wie is Digna bedoeld?

Digna is een vereniging die opkomt voor de belangen van nierpatiënten in de regio West Brabant, die nu of in de toekomst nierfunctie vervangende therapie nodig hebben.

Het doel van Digna

- Het bevorderen van onderlinge contacten tussen patiënten, door middel van het organiseren van verschillende activiteiten zoals o.a. een jaarlijkse dagtocht, kerstviering.
- Organiseren van informatie, voorlichting en themabijeenkomsten, specifiek voor nierpatiënten en hun naasten.
- Uitgeven van ons blad Digna Contact.
- Overleg met de dialyseafdeling van het Amphia en Bravis ziekenhuis om de organisatie rondom de dialyse behandeling te optimaliseren.

Hoe is Digna Samengesteld?

Het bestuur: Voorzitter, penningmeester/Vice-voorzitter, secretaris en bestuursleden.

Het bestuur wordt gekozen door de leden en het bestuur stelt de commissies samen.

Het bestuur en commissies bestaan uit een afvaardiging van patiënten en belanghebbende van het Amphia ziekenhuis in Breda en het Bravis ziekenhuis in Roosendaal / Bergen op Zoom. Het bestuur wordt bijgestaan door diverse commissies.



Geeft u op als lid of donateur van onze vereniging (per lid 'n formulier)

*) Voorletters: _____ *) Man Vrouw
 *) Achternaam: _____
 *) Adres: _____
 *) Postcode: _____
 *) Woonplaats: _____
 *) Geboortedatum: ____ - ____ - ____
 E-mail: _____ @ _____
 Tel.: _____ Mobiel.: _____
 *) Bank / Iban _____

*) Deze velden zijn verplicht

Hemodialyse PD dialyse Getransplanteerd Pré-dialyse
 Partner lid Lid donateur

Behandelcentrum:

Amphia ziekenhuis
 Bravis ziekenhuis
 Niet van toepassing

Aankruisen wat van toepassing is.

NB: wordt uw partner ook lid? Vul formulier nogmaals in.

