



Therapeuticum Calendula
Krugerlaan 79, Gouda
Huisartsenpraktijk, fysiotherapiepraktijk,
consultatiebureau en therapieën geïnspireerd door de
antroposofische geneeskunde
www.calendula-gouda.nl

Praktijkinformatie oktober 2020

Zwangerschapsverlof dokter Alwani

Per 5 oktober is dokter Alwani met zwangerschapsverlof.

Dokter **Jantien Stok** zal tijdens haar verlof voor haar waarnemen op maandag, op dinsdagochtend en op donderdag en in december dokter **Krista Kortekaas** op vrijdag. Madeleen Winkler is er alle dagen, behalve de maandag en op donderdag als zij het consultatiebureau doet.

Project OPEN

U krijgt toegang tot een deel van uw elektronisch patiëntendossier.

Corona of niet, ondertussen wordt er ook hard gewerkt aan het mogelijk maken dat u als patiënt in uw eigen dossier of dat van uw kinderen tot 16 jaar dingen kunt raadplegen.

Ons huisartseninformatiesysteem geeft die mogelijkheid via 'Mijn gezondheid.net'. <https://home.mijngezondheid.net/aanmelden/>

Daarvoor kunt u zich aanmelden met een DigiD. Indien u nog geen DigiD heeft kunt u deze aanvragen. Ga hiervoor naar <https://digid.nl/aanvragen>

Bij aanmelding krijgt u dan een SMS waarmee u kunt inloggen.

Het aanmeldingsformulier voor mijngezondheid.net kunt u invullen via deze link:

<https://aanmelden.mijngezondheid.net/mgn-aanmeldformulier/?code=TbQqbGzaxA3Pp9covksU9ITtcsXkBzVXdyu09m7PeXxOo0cWjoZ1fTGYZrt9eHXg>

En wat kunt u dan doen?

1. online recepten bestellen.

2. uw laboratoriumuitslagen bekijken (en desgewenst uitprinten)

Wanneer u bloed heeft laten nakijken kunt uzelf de uitslag zien, zodra de huisarts die beoordeeld heeft en in uw dossier staat wat ermee moet.

Als alles goed is kan dat een snelle route zijn en hoeft u niet te bellen.

Als de uitslag aanleiding geeft om verder onderzoek te doen of bepaalde medicatie voor te schrijven is het waarschijnlijk zinvoller als we er wel een (telefonische) afspraak van maken...

Heeft u naar aanleiding van de uitslag toch nog vragen, dan bent u natuurlijk welkom op het telefonisch spreekuur of op een afspraak.

3. teruglezen wat de conclusie/de diagnose was in het laatste consult en wat we afgesproken hebben

Als huisarts hou je een dossier bij, zodat de gegevens van nu later terug te vinden zijn.

Ook worden die aantekeningen weer gebruikt bij een eventuele verwijzing naar een specialist of (paramedisch) therapeut.

In principe gaat het dus om een medisch dossier, met alle latijnse termen van dien.

Natuurlijk kunt u ons bij een volgend contact om uitleg of verduidelijking vragen!

4. uw medicatielijst bekijken (en desgewenst uitprinten)

5. een afspraak maken

We hebben nu al de mogelijkheid om via de website op bepaalde tijden een (korte) afspraak te maken.

Die mogelijkheid wordt voorzichtig uitgebreid.

Wel vragen we u nog steeds om aan te geven wat uw vraag is.

Er zijn vragen die alleen op bepaalde tijden handig zijn om op te pakken, bijvoorbeeld omdat ze om meer tijd vragen.

Langere afspraken moet u nog steeds via de assistente maken.

Voor klachten zoals neusverkoudheid, hoesten en koorts moet u altijd eerst bellen.

Eventuele CORONA/COVID19 verdachte klachten worden NOOIT in het hoofdgebouw bekeken!

Zijn uw gegevens veilig?

Alleen de huisarts en de medewerkers van de huisartsenpraktijk en uzelf kunnen uw gegevens zien.

Andere mensen kunnen ze niet zien. Ook verzekeraars niet.

Zelf ziet U uw medische gegevens nadat u veilig inlogt.

U kunt uw gegevens wel aan een ander familielid of vriend laten zien, als die u helpt bij de zorg voor uw gezondheid.

Bedenk eerst of u het echt goed vindt dat iemand anders uw gegevens ziet.

Pas op met het geven van uw gegevens aan anderen!

Soms vragen verzekeraars, gemeenten of een ander bedrijf informatie over uw gezondheid.

Vaak bent u niet verplicht om die gegevens te geven.

Soms wilt u wel gegevens geven.

Geef dan NOOIT uw hele dossier medisch dossier, maar geef alleen die gegevens die nodig en relevant zijn.

Als u twijfelt over het geven van uw medische gegevens, bespreek dat dan met uw huisarts of de assistente. Zij kunnen u helpen.

Uw gegevens zijn persoonlijk. Geef uw inlogcodes nooit aan anderen.

Coronamaatregelen:

Wachtkamer op 1,5 meter

Om de 1,5 meter afstand in de wachtkamers te waarborgen hebben de huisartsen de spreekuurtijden wat aangepast, zodat er niet meer als 2 of 3 patiënten in de wachtkamer hoeven te wachten.

Ook in het **therapiegebouw** is de wachtkamer hierop aangepast.

De kamers in de **Berk** worden vrijgehouden om patiënten met mogelijke luchtwegklachten te kunnen ontvangen.

Daarom vinden alle afspraken met de praktijkondersteuner van de huisarts, **POH**, Astrid de Frankrijker en ook van Gerdien de Hek, de **POHGGZ, in het hoofdgebouw** plaats, hetzij op de begane grond in de zogenaamde 3^e artsenkamer, of in de spreekkamer op de 2^e verdieping. Ook het kinderconsultatiebureau wordt in het hoofdgebouw gehouden.

Voor iedereen geldt, dat u bij luchtwegklachten of koorts eerst belt en niet zomaar naar de praktijk komt.

U krijgt dan een passend advies, een telefonische afspraak of er wordt een consult of visite afgesproken.

Mocht u erg vroeg zijn wacht dan nog even buiten, of in de auto.

In alle toiletten is er gelegenheid tot handen wassen en er staat handengel.

Mondkapjes

U bent natuurlijk vrij om een mondkapje te dragen.

De medewerkers van Calendula dragen een mondkapje afhankelijk van de situatie.

We proberen allemaal met gezond verstand met de situatie om te gaan.

Er wordt intensief geventileerd.

Wanneer er **geen** klachten zijn en de 1,5 meter gewaarborgd is dragen we geen mondkapje.

Wel als er langduriger 'dichterbij' contact nodig is voor onderzoek, behandeling of therapie.

Dan kan u ook gevraagd worden om uw eigen mondkapje op te zetten.

Assistenten spreekuur, nu op afspraak

Het assistentespreekuur dagelijks van 10.30 – 12.00 uur voor injecties, oren uitspuiten, bloeddruk meten, urineonderzoek etc. vindt nu ook **alleen op afspraak** plaats.

Dit geldt ook als u gehoor geeft aan de oproep om een griepvaccinatie te komen halen!

Wat kan Calendula voor u doen bij COVID19?

De antroposofisch artsen in Nederland en internationaal hebben intensief onderling contact en er zijn goede ondersteunende antroposofische geneesmiddelen en therapieën die daarbij werkzaam zijn, evenals preventieve middelen.

U kunt de huisartsen daarnaar vragen.

Natuurlijk blijven de adviezen van kracht betreffende gezonde voeding met veel fruit en groente, voldoende slaap, regelmatig de frisse lucht ingaan en het huis goed ventileren.

Mijd alcohol wat het immuunsysteem ondermijnt.

Ook de hygiënische en houd afstand-adviezen blijven van kracht.

Zie ook: <https://www.rivm.nl/coronavirus/covid-19/vragen-antwoorden#nederland> en www.thuisarts.nl.

Wij houden de spreekkamer in de Berk beschikbaar om mogelijk besmette patiënten te kunnen nakijken, terwijl de rest van de praktijk dan 'schoon' blijft.

Testuitslag graag doorgeven aan de huisarts

Mocht u zich laten **testen, dan horen de huisartsen graag de uitslag van u**, zowel positief als negatief, want de GGD geeft ons dat niet direct door en het is wel relevant voor uw dossier!

POH in het hoofdgebouw

De praktijkverpleegkundige Astrid de Frankrijker houdt spreekuur op dinsdag en donderdag. Het spreekuur vindt niet plaats in de Berk, zoals u gewend was, maar in het hoofdgebouw. Op dinsdag op de begane grond in de 3e artsenkamer en op donderdag op de zolderverdieping. Ook in deze tijd blijft het belangrijk om de controle voor Diabetes, Hart- en vaatziekten en Astma of COPD te laten doorgaan.

In overleg met Astrid zijn er ook mogelijkheden om uw afspraken telefonisch te doen. De longfunctie testen mogen tot nader order niet in de huisartsenpraktijken worden gedaan. Als u luchtwegproblemen heeft, neemt u contact op met de huisarts.

POHGGZ in het hoofdgebouw

Ook de **POH GGZ Gerdien de Hek** op vrijdag beneden en op de 2^e verdieping **Gert Jan Deelen** op vrijdagochtend en **Marloes Vermeulen** op woensdagochtend, ook voor kinderen en jeugdigen. Afspraken worden gemaakt via de huisartsen.

Kinderconsultatiebureau in het hoofdgebouw

Zoals de meeste van jullie al ervaren hebben doen we kinder CB in het hoofdgebouw. Daar komen geen mensen die mogelijk een infectie kunnen overbrengen. We hebben de spreekkamers in de Berk ingericht voor mensen met luchtwegklachten. De afspraken met de GGD zijn dat u alleen met uw kindje komt **als u de laatste 10 dagen geen luchtwegklachten hebt gehad**. Belt u bij twijfel eerst even.

Gelukkig kunnen ook de therapeuten op gepaste afstand en met in acht neming van de Coronamaatregelen wel therapie aanbieden:

Afdeling Fysiotherapie

We zijn er trots op dat Jeanine Frenk haar opleiding tot manueeltherapeut voltooid heeft! Voor meer algemene informatie:

<https://www.defysiotherapeut.com/>

Heeft u liever een telefonisch consult? Dat kan ook! Neemt u dan contact op met: Jeanine Frenk, 06 – 48 96 08 69

Uitwendige therapie

Josien van Sandick is met succes geopereerd en pakt haar werk stukje bij beetje weer op. We zijn verheugd dat haar vervangster Lies Emous nu in het Therapeuticum voor de uitwendige therapie wil blijven werken.

In deze tijd waarin het weer kouder en nat wordt, is de uitwendige therapie die je doorwarmt extra welkom.

Ook zet het je even stil, zodat je beter bij jezelf kunt komen.

Dat maakt beter opgewassen tegen de barre en winterse tijd.

Vragen of informatie:

Josien van Sandick T:0618725815 E: josien.van.sandick@planet.nl

Lies Emous T: 0620259238 E: lies.emous@hotmail.com

via de assistentes van Calendula 0182-580344

<https://calendula-gouda.nl/therapie/uitwendige-therapie>

Euritmietherapie op donderdag

De euritmietherapie is sinds half mei weer begonnen op de donderdag.

De euritmieruimte is groot genoeg om voldoende afstand te kunnen bewaren.

Je kunt via verwijzing van één van de artsen naar de therapie komen, maar in deze tijd zijn er misschien ook mensen die niet een duidelijk klacht hebben en die toch een steuntje in de rug kunnen gebruiken.

Euritmietherapie kan het immuunsysteem versterken, maar kan ook helpen als je je niet helemaal lekker in je vel voelt. Ook bij ontwikkelingsvragen kan de euritmie ondersteunen.

Je kunt dan rechtstreeks contact opnemen met de euritmietherapeut. Zij overlegt dan eventueel met één van de artsen.

voor afspraken en/of informatie

Ghiti Brinkman

0614145645 / 0708882676

info@ghitibrinkman.nl

Kunstzinnige therapie

Odette Aalhuizen kan op de grote zolder op gepaste afstand kunstzinnige therapie aanbieden.

THERAPEUTICUM CALENDULA

ADRES Krugerlaan 79, 2806 EC Gouda

TELEFOON

☎ 0182 – 580 344 (van 8.00 – 13.00 uur)

spoedgevallen overdag: ☎ 0182 – 521 021

HuisArtsenPost ☎ 0182 – 322 488 na 17.00 uur en in het weekend.

ALLEEN VOOR DRINGENDE ZAKEN 's middags bereikbaar, beluister antwoordapparaat.

OPENINGSTIJDEN 8.00 – 13.00 uur en 14.00 – 17.00 uur, *Woensdagmiddag gesloten.*

SPREEKUUR AFSPRAKEN

Voor korte afspraken kunt u

- op de dag zelf bellen: ☎ 0182 – 580 344 van 8.00 – 8.30 uur
- mailen: afspraak@therapeuticumcalendula.nl tot 24 uur van tevoren (voor een afspraak op maandag uiterlijk vrijdagmiddag mailen)

Om een afspraak te maken voor consulten die meer tijd vragen kunt u tot 12.00 uur bellen.

TELEFONISCH SPREEKUUR

Aanvraag bij de assistentes vóór 10.00 uur.

De dokter belt u, zo mogelijk, in de loop van de dag terug.

AANVRAGEN VAN RECEPTEN

Dagelijks van **9.00** – 12.00 uur: ☎ 0182 – 580 344

per fax: ☎ 0182 – 522 998

via website : <https://calendula-gouda.nl/herhaalrecept-aanvragen>

per e-mail: recept@therapeuticumcalendula.nl o.v.v. naam, adres, geboortedatum, gewenst recept en toedieningsvorm.

Op verzoek van de apotheek graag herhalingsrecepten aanvragen minimaal 2 dagen, maar liefst een week voor u ze wilt ophalen.

ASSISTENTEN-SPREEKUUR is momenteel op afspraak

Dagelijks van 10.30 – 12.00 uur voor: injecties, oren uitspuiten, bloeddruk meten, urineonderzoek, bloedonderzoek en wratten aanstippen.

CONSULTATIEBUREAU / KINDERSPREEKUUR

Iedere donderdag op afspraak.

Madeleen Winkler, huis-/CB arts en Josien van Sandick, verpleegkundige.

BANKNUMMER:

NL55 INGB 0004 1667 32

Verhinderung dient u minimaal 24 uur van tevoren aan het Therapeuticum kenbaar te maken, anders kunnen wij het consult in rekening te brengen.

MEDEWERKERS CALENDULA

- Madeleen Winkler, *huisarts*
- Munira Alwani, *huisarts*
- Josien van Sandick, *verpleegkundige*
- Lies Emous, *verpleegkundige*
- Ghiti Brinkman, *euritmietherapie*
- Odette Aalhuizen, *kunstzinnige therapie*
- Jeanine Frenk, *fysiotherapeut*
- Ria Wijlhuizen, *assistente*
- Esther van der Ven, *assistente*
- Marieke Luijendijk, *assistente*
- Marit van der Heiden, *assistente*
- Astrid de Frankrijker, *praktijkverpleegkundige*
- Gerdien de Hek, *praktijkondersteuner GGZ*
- Gert Jan Deelen, *praktijkondersteuner GGZ*
- Marloes Vermeulen, *praktijkondersteuner GGZ jeugd*
- Sirikit Noordam, *boekhouding*

STICHTINGSBESTUUR

- Jan Wiersma, ☎ 0182 – 513 404
- Jan Bouman, ☎ 0182 – 571 758

KLACHTENCOMMISSIE

- Annette Cools, ☎ 06 – 51 60 40 07
- Josien v Sandick ☎ 06 – 18 72 58 15

SOLIDARITEITSFONDS

- Paul Prieckaerts, ☎ 0182 – 570 971 ('s avonds)

ANTROPOSANA <https://www.antroposana.nl/>