

Nieuwsbrief voorjaar 2025

Bij deze de nieuwsbrief van Oranje praktijk Huisartsen. Hierin informeren wij u over het reilen en zeilen binnen onze praktijk en geven u informatie over diverse medische onderwerpen

Even voorstellen:

Goedendag, ik werk al even bij de Oranje praktijk, maar wil mij graag nog aan jullie voorstellen. Mijn naam is Romy Winter en ik ben momenteel in opleiding tot physician assistant (PA).

Eerst wat over mijzelf. Ik woon in een kleine stad in Gelderland samen met mijn vriend. In mijn vrije tijd vind ik het leuk om mooie wandelingen te maken, te tekenen of wat leuks doen met familie en vrienden. Voorheen was ik HBO-verpleegkundige op diverse afdelingen binnen (academische) ziekenhuizen. Ik wilde graag meer verdieping en verantwoordelijkheid, vandaar de keuze om de studie tot PA te doen.



Wat doet een PA? Een PA binnen de huisartsenpraktijk is een medisch professional die zelfstandig taken van de huisarts overneemt. De PA voert spreekuren, stelt diagnoses, schrijft medicatie voor en voert medische handelingen uit, zoals het hechten van wonden of het verwijderen van verdachte huidplekjes. Dit zorgt voor kortere wachttijden en meer continuïteit in de zorg. Ik krijg supervisie van dokter Nizami en kan ten alle tijden met hem overleggen wanneer nodig.

Met vragen, lichamelijke- of psychische klachten kunnen jullie bij mij terecht. Tevens doe ik (ouderen)visites en de jaarlijkse CVRM controles. Met vriendelijke groet, Romy Winter

Goedendag ik stel mij graag even voor. Mijn naam is Esmee en ben in opleiding tot doktersassistente. Momenteel zit ik in het tweede leerjaar. Sinds december 2024 loop ik stage in de Oranje Praktijk. Hier zal ik blijven tot ongeveer eind juni 2025. De eerste tijd ben ik werkzaam op de dinsdag en de woensdag en vanaf 5 mei wisselen mijn opleidingsdagen naar de donderdagen en vrijdagen. U kunt mij aan de telefoon krijgen voor het maken van afspraken. Ook doe ik het assistentensprekuur. Ten alle tijden word ik begeleid door een doktersassistente of PA/HA. Hierbij kan het zijn dat u af en toe iets langer moet wachten aangezien ik lerende ben. Graag uw begrip.



Af en toe mag ik ook assisteren bij kleine chirurgische ingrepen die worden uitgevoerd door onze PA's en dr. Nizami. Ik ervaar mijn stage als erg leukleer ontzettend veel. In de toekomst hoop ik mijn vervolgstage van de opleiding te mogen doen in het ziekenhuis zodat ik een doktersassistente wordt die kennis heeft op meerdere gebieden.

Hooikoorts: wat het is en wat kun je doen?

Hooikoorts is een veel voorkomende allergie die je vooral in het voorjaar en de zomer kunt ervaren. Het wordt veroorzaakt door pollen van bomen, gras of planten die in de lucht zweven. Wanneer je hierop reageert, kun je last krijgen van vervelende klachten.

Symptomen van hooikoorts

De klachten van hooikoorts kunnen variëren, maar vaak komen de volgende symptomen voor:

- Je hebt jeukende of tranende ogen, een verstopte neus of juist veel niezen;
- Je hebt een loopneus of last van hoesten;
- Je voelt je moe of hebt een lichte hoofdpijn.

Deze klachten kunnen flink invloed hebben op je dagelijkse leven, maar gelukkig zijn er manieren om ze te verlichten.

Wat kun je zelf doen bij hooikoorts?

Je kunt proberen om zo weinig mogelijk met stuifmeel in contact te komen.

- Let op het weerbericht, bij droog en zonnig weer zit er veel stuifmeel in de lucht.
- Op de [hooikoortsradar](#) is informatie te vinden welke pollen er momenteel veel aanwezig zijn, blijft zoveel mogelijk binnen als er veel stuifmeel in de lucht zit

- Hou de ramen dicht, ook 's nachts.
- Doe de ramen open als het regent of net geregend heeft.
- Draag buiten een bril of zonnebril.

Er zijn verschillende medicijnen voor hooikoorts. Dit kan variëren van allergietabletten, tot neussprays of oogdruppels. De allergietabletten kan je zelf kopen bij de drogist of apotheek. Het is belangrijk om vroegtijdig te beginnen met de behandeling om de klachten goed onder controle te houden. Als je af en toe klachten hebt kan je een neusspray of oogdruppels met antihistamine proberen, deze zijn op recept verkrijgbaar en in sommige gevallen bij de drogist (bijvoorbeeld azelastine). Als je vaak klachten hebt, dan kan een neusspray met ontstekingsremmer helpen; hiervoor heb je een recept nodig.

Op [Thuisarts.nl](#) vind je uitgebreide informatie over symptomen, behandelingen en tips om de klachten te verminderen.

Heb je last van hooikoorts of twijfel je of je symptomen bij hooikoorts passen? Neem dan contact met ons op. Onze assistentes en huisartsen kunnen je helpen om de juiste behandeling te vinden en je klachten te verlichten.



