



Jos en Janneke (huisartsen)

(medische) informatie en andere zaken ...

De 'R' zit weer in de maand...

De zomer is voorbij, de 'R' zit weer in de maand. En ondanks de mooie nazomer die we tot nu toe hebben merk ik op het spreekuur toch dat het snotterseizoen weer is begonnen. De verkoudheidsvirussen komen ons land weer binnen, wat zorgt voor verstopte neuzen, zere kelen en hoesten (wat weken kan aanhouden). Voor velen erg hinderlijke klachten waarbij je je moe en futloos voelt. De verstopte neus of het vele hoesten houdt jezelf, en vaak ook je partner, uit de benodigde uren slaap. Voor velen van jullie zijn deze klachten reden om ons te bellen voor advies of om het spreekuur te bezoeken ter controle. En helaas hebben Jos en ik ook geen wondermiddel om het virus sneller uit jullie lijven te verdrijven, waardoor jullie teleurgesteld de spreekkamer weer verlaten en ook wij met een ontevreden gevoel achterblijven in de spreekkamer.

Op thuisarts.nl > 'verkoudheid' staat zeer duidelijke informatie over wat je zelf kan doen om de klachten van de verkoudheid te verminderen. Dat scheelt wellicht een telefoontje aan de assistente of bezoekje aan de dokter.

Maar vergeet niet dat bij sommigen een gewone verkoudheid over kan gaan

in een meer ernstige infectie zoals een longontsteking. Symptomen die hierop kunnen wijzen zijn flinke benauwdheid, piepende ademhaling, koorts (temperatuur > 38 graden) die langer dan 5 dg aanhoudt, algeheel ernstig ziek zijn, of als u koorts heeft gehad en deze na een aantal koortsvrije dagen weer terugkomt. Dan is het wel belangrijk om langs te komen en te laten kijken of er sprake is van meer dan een 'gewone' verkoudheid.

En samen met de verkoudheidsvirussen komt wat later in het seizoen ook 'de griep' weer voorbij. De griep wordt veroorzaakt door het influenza virus en de klachten die hierbij horen zijn hoge koorts, hoofdpijn en spierpijn in het hele lijf. Voor mensen boven de 60, patiënten met medicatie die de weerstand verlagen of patiënten met bepaalde ziektes kan de griep ernstiger verlopen. Daarom wordt aan deze groep mensen jaarlijks de griepvaccinatie aangeboden.

Dit jaar worden de GRIEPVACCINATIES gezet op DINSDAG 19 NOVEMBER TUSSEN 16.00 EN 19.00 UUR.

En ook deze middag zullen we weer klaar staan met een lekker kommetje erwtensoep om de weerstand te verhogen en het

prikleed te verzachten. De datum kan vast op de kalender worden gezet, de officiële uitnodiging volgt een week of 3 van te voren.

Ikzelf zal er niet bij zijn dit jaar, want begin november wordt onze dochter geboren. In plaats van het scheppen van de erwtensoep ben ik waarschijnlijk druk in de weer met het verschonen van luiers, voeden en zorgen dat Guus niet te wild met de kleine meid om gaat. Op vrijdag 4 oktober is mijn laatste werkdag voordat ik met verlof ga. De eerste twee weken zal Jos mijn spreekuren opvangen terwijl dat ik de laatste voorbereidingen voor de bevalling tref en de nodige uurtjes rust probeer te pakken.

Vanaf dinsdag 22 oktober zal onze collega huisarts Janneke Duker ons team komen versterken. Op dinsdag, donderdag en vrijdag zal ze de gehele dag aanwezig zijn.

In het nieuwe jaar zal ik er weer zijn vanaf 21 januari.

Ik wens jullie allemaal een gezonde tijd toe!

*Groeten
Janneke Bressers*