

Zomer in Posterholt

Online Version

foto Agnes Brinkman



'De Leuning', nieuwsbrief van de Reuma Patiënten Vereniging Roermond e.o.

In deze nieuwsbrief:

- Intro
- De agenda 2024
- Hydrotherapie
- Lief en leed
- Meerdere aandoeningen: de moeilijkheden en de mogelijkheden
- Voor je gezien op sociale media
- Waar zijn we mee bezig en samenstelling bestuur



'Eindelijk: zomer!' en 'gelukkig wordt het zondag mooi weer!' zal menigeen verzucht hebben bij de weersvooruitzichten in de week van 17 juni. Want wat waren we het zat, die regen. De bermen en akkers waren verzadigd en wij ook. De zomer heeft

haar intrede gedaan, en hoe. Ze gaf ons meteen de volle mep. Dus, lieve mensen, pas je bezigheden en tempo aan; bij hoge temperaturen moet je goed naar je lichaam luisteren. En ga je in de zon: smeren! En vooral genieten, dat niet op de laatste plaats.

Dat genieten stond voorop, bij onze gezamenlijke activiteit op 23 juni jongstleden, de barbecue bij 'Break Out' in Swalmen. En de zon deed haar best, zo intens dat we moesten vrezén, zélf te worden geroosterd! Schuiven met stoelen voor een plaatsje in de schaduw. Door attent personeel werden we voorzien van drankjes en op het afgesproken tijdstip stond er een uitgebreid saladebuffet klaar, naar ieders smaak was er voldoende aanwezig. Daarna langs degene die professioneel lekkere hapjes klaarmaakte op de barbecue, zelfs vegetariërs waren zeer tevreden. Er waren veel positieve reacties op dit festijn.

In deze Leuning staat vermeld wanneer er in verband met vakantie geen hydrotherapie is en ook een interessant artikel over hoe de regie te houden, ondanks meerdere chronische ziektes die het leven kunnen bepalen.



De planning voor 2024:

- 18 oktober thermaalbad Aken (verdere informatie volgt na de vakantie)
 - 15 december eindejaarslunch
-



Hydrotherapie

Geen hydrotherapie:

- zomervakantie van 6 juli t/m 18 augustus 2024
- herfstvakantie van 19 tot 27 oktober 2024
- kerstvakantie van 21 december 2024 tot en met 5 januari 2025



Onze penningmeester Wiel van Rijn is inmiddels weer thuis. Wij wensen hem succes en sterkte bij de verdere revalidatie.



Multimorbiditeit (meerdere aandoeningen): moeilijkheden en mogelijkheden

Veel mensen met reuma hebben naast reuma ook nog andere aandoeningen. Dat heet multimorbiditeit. Hoe kun je dan de beste zorg krijgen? Hoe zou die zorg georganiseerd moeten worden? En hoe behoud je het overzicht? Daarover ging het webinar Reuma en Multimorbiditeit. Dit webinar organiseerde de Nationale Vereniging ReumaZorg Nederland (RZN) op zaterdag 9 april 2022.

Multimorbiditeit

In het webinar vertelden Marlies Verhoeff en Marloes van Onna over multimorbiditeit. Marlies Verhoeff is onderzoekster bij het UMCG en adviseur bij het Kennisinstituut van de Federatie Medisch Specialisten. Marloes van Onna is reumatoloog in het Maastricht UMC. Volgens hen is multimorbiditeit ingewikkeld, omdat aandoeningen en klachten door elkaar heen kunnen lopen. Het is dan niet precies duidelijk welke klachten door welke aandoening worden veroorzaakt. Dat maakt de behandeling lastig. Bovendien wordt iemand met meerdere aandoeningen vaak behandeld door meerdere specialisten. Voor elke aandoening bezoek je een andere arts. Maar alle aandoeningen hebben invloed op elkaar.

Problemen waar mensen met meerdere aandoeningen tegenaan lopen

Mensen die meerdere aandoeningen hebben, vinden het vaak lastig om overzicht te houden. Ook is het niet altijd duidelijk wie het aanspreekpunt is. Daarnaast vinden veel mensen het onduidelijk in hoeverre artsen onderling overleggen. Ten slotte zijn veel mensen met meerdere aandoening bang om de eigen regie te verliezen.

Regieondersteuning bij multimorbiditeit

De ziekenhuiszorg zou beter georganiseerd moeten worden. Dan worden mensen met meerdere aandoeningen beter ondersteund. Mensen zouden hierbij zelf veel inspraak moeten hebben. Zo kunnen zij zelf aangeven waar ze behoefte aan hebben. Er wordt hard gewerkt om deze regieondersteuning te realiseren. Bijvoorbeeld door wetenschappelijke verenigingen en onderzoekers. Zij bekijken wat er nodig is in de ziekenhuisorganisatie.

Wat kun je zelf doen?

Als je het overzicht over je aandoeningen verliest, is het belangrijk om dit bij je arts aan te geven. Je kunt ook één van je artsen vragen om je medische geschiedenis uit te printen. Zo kun je deze meenemen naar andere afspraken. Daarnaast kun je vragen of er een overkoepelend aanspreekpunt is. Ook kun je vragen wie behandelingen voor jou kan afstemmen. Dat is handig als je merkt dat verschillende behandelingen niet goed bij elkaar aansluiten.

Polikliniek multimorbiditeit voor mensen met reuma

Marloes van Onna heeft een pilot gehouden met een polikliniek multimorbiditeit. Speciaal voor mensen met reuma in het MUMC. Naast reuma kunnen veel mensen namelijk last krijgen van andere aandoeningen. Zo komen osteoporose, hart- en vaatziekten en depressie vaak voor naast reumatoïde artritis. Als iemand ouder wordt, wordt de kans op meerdere aandoeningen bovendien groter. Binnen de polikliniek heeft Marloes gesprekken gevoerd met mensen met reuma. Zij gaven vooral aan goed te willen blijven meedoen in de maatschappij. Het behandelen van de reuma komt dan niet altijd meer op de eerste plaats. Ook reumatologen gaven deze verschuiving aan. Samen beslissen wat op dat moment belangrijk is, is hierbij essentieel.

Maatwerk belangrijk

Er is meer maatwerk nodig bij mensen die meerdere aandoeningen hebben. Alle aandoeningen moeten bij de behandeling worden meegenomen. Tijdens de pilot in de polikliniek stelden mensen met reuma bepaalde doelen op. Ze stelden samen met de reumatoloog een behandelplan op. Na drie maanden volgde een herhaalconsult. Daar bekeken ze samen of de doelen waren bereikt. Dit was vaak het geval. Als doelen niet waren behaald, volgde opnieuw een herhaalconsult.

Meer aandacht nodig voor multimorbiditeit

Na de pilot bleek dat veel mensen na een jaar 'weer terug bij af waren'. Ze hielden zich niet meer aan het behandelplan. Dit kwam bijvoorbeeld doordat nieuwe gezondheidsproblemen ontstonden. Aan de andere kant was het doel soms al snel behaald. Dan hoefde iemand niet meer terug te komen. Er waren dus veel successen, maar ook tegenslagen. Multimorbiditeit zou daarom meer aandacht moeten krijgen. Voor optimale ondersteuning van mensen met meerdere

aandoeningen. Alle gebieden zouden moeten samenwerken. Samen beslissen moet hierbij centraal staan.

Bron van de tekst:

ReumaZorg Nederland 9 april 2022

Kijk de webinar over Reuma en Multimorbiditeit terug op de website van ReumaZorg Nederland via deze link [Webinars 2022 ReumaZorg Nederland](#). Er zijn nog veel meer interessante webinars te zien!

Meer informatie?

[Het verband tussen verschillende chronische ziektes](#)
[Leven met meerdere chronische ziektes](#)

Gezien voor je op de sociale media



- Veel informatie geeft Plus Online over langer zelfstandig wonen. Dit is te vinden als je klikt op deze link [Langer zelfstandig wonen](#)

- En tips voor het huishouden levert Plus Online ons ook zodat we meer tijd kunnen besteden aan andere veel leukere dingen. Bekijk de tips door een klik op deze link [Huishoud tips](#)

- ReumaMagazine geeft tips over reizen met reuma. Als je wilt weten waar je op moet letten, maak je gebruik van deze link [Reizen met reuma](#)



Heb je een mooie foto gemaakt in Roermond of één van de omliggende gemeenten? Mail deze dan naar secrrpvroereo@outlook.com. Wie weet gebruiken we je foto voor een editie van 'De Leuning' We kijken er naar uit!



Waar gaat het bestuur mee aan de slag en waar zijn we mee nu bezig?

We houden nu even vakantie maar maken nog wel een afspraak met de notaris om de statuten vast te leggen (door ziekte heeft dit even geduurd).

En we gaan verder met de AVG (Algemene Verordening Gegevensbescherming) én de reglementen zoals het huishoudelijk- en bestuursreglement. Ook kijken we naar de toekomstvisie: wat is ons doel voor de toekomst van onze vereniging.

Eigenlijk best nog wel druk voor een vakantie.....

Bestuursleden:

Henk Langeweg	voorzitter	0475-311793
Monica van Lier	secretariaat	06-44058215
Jan Schreurs	plv. penningmeester	0475-581727
Annelies Hermans	bestuurslid redactie	06-12318995
Rini Mestrom	coördinator hydrotherapie	0475-486496
Inge Cillekens	bestuurslid activiteiten	0475-463280
Rogier Madou	bestuurslid	06-40751887
Wiel van Rijn	penningmeester	

Correspondentieadres: Bergerweg 63A 6063BP Vlodrop
e-mail: secrrpvroereo@outlook.com
website: [website RPV Roermond e.o.](http://website.RPV.Roermond.e.o)
IBAN: NL44 RABO 0184 1263 12

De nieuwsbrief van de Reuma Patienten Vereniging Roermond en omstreken 'De Leuning' ontvang je om je als lid van onze vereniging regelmatig van actuele informatie te voorzien.

Wil je deze nieuwsbrief niet meer ontvangen, stuur dan een email naar

secrrpvroereo@outlook.com met de tekst: 'geen nieuwsbrief meer'

Wilt u geen nieuwsbrieven meer van ons ontvangen? Klik dan [hier](#) om u af te melden.

Deze nieuwsbrief is **gratis** verstuurd met [Inboxify](#)