

Driemaandelijks
personeelsmagazine
Wit-Gele Kruis van
Antwerpen

nr. 5 | maart 2022

wit-gele kruis
ANTWERPEN

'T KRUIS

INTEAM

Staf zorgbeleid

STEUNKOUSEN AANTREKKEN

EEN DAG UIT HET LEVEN VAN...

Kristel Van Kerkhoven

Verpleegkundige in Mortsel

LOOP JIJ MEE DE TEN MILES?



- 3 **Voorwoord**
- 4 **In 't kort**
- 6 **Estafette**
Anja Van Tichelen, regioverantwoordelijke
- 7 **Uitgediept**
Steunkousen aantrekken
- 10 **Inteam**
Staf zorgbeleid
- 12 **In beeld**
Gerust Zorgcentrale
- 13 **Koffieklets**
Roger Carpentier, patiënt afdeling Mol
- 14 **Focus**
Medicatie: weet wat je toedient
- 16 **Een dag uit het leven van**
Kristel Van Kerkhoven, verpleegkundige afdeling Mortsel
- 18 **Gezond en wel**
Klaar voor de Ten Miles
- 19 **Over de grenzen heen**
Ineke Balk, auditor Qualicor
- 20 **Wij van 't Kruis**

THE WINNER TAKES IT ALL

60 collega's waagden hun kans om de smartphone te winnen. Collega **Suzy Hufkens** van afdeling Westerlo kwam als gelukkige uit de bus. Proficiat Suzy, de Huawei HONOR 10 is naar je onderweg.



COLOFON

Verantwoordelijke uitgever
Stefaan Sarens, Nonnenstraat 12 bus 1, Herentals
RPR ondernemingsrechtbank Antwerpen, afd. Turnhout

Eindredactie, fotografie en lay-out
Freya Janssen - Jill Moors - Stien Van Peer
(dienst communicatie)

Druk
Drukkerij Bulckens - Zwartopwit

Op de cover
Collega Luc Van Leemput - lees meer op pagina 10

knal•drang

(de; m; znw.)

1 Het intense verlangen naar uitgaan, naar knallen, naar feesten, naar dansen.

We kunnen de lente bijna raken
fruitig, fris, frivol
Goesting om plezier te maken
dagen en nachten op de dool

Contentement op alle gezichten
zon op elke snoet
Stralen die zorgen verlichten
Wat voelt dit verdomd goed

Tijd om écht te ontspannen
teambuilding, apero, quiz, feest
Een agenda vol met plannen
maar naar uitgaan snakken we nog het meest

Afspreken, opmaken, samen op stap
Uren hangen aan de toog
Herinneringen, liefde en vriendschap
Onze *knaldrang* is echt te hoog

Voeten die prikkelen van het dansen
Zere kaken van oeverloos gelach
Eindeloos blijven zwanzen
Niks dat niet meer mag

Freya Jille Stien

De dienst communicatie



Vul aan naar believen. ©

IN 'T KORT



VEEL SUCCES!

Van **29 maart tot 1 april** is het zover: de definitieve **audit van Qualicor**. In 2018 sleepten we met veel trots ons kwaliteitslabel in de wacht. Nog steeds werken we volgens deze kwaliteitsprincipes en -normen. We hebben er dan ook alle vertrouwen in dat we een mooie score zullen halen. Met z'n allen gaan we opnieuw voor goud!



WANDEL- BROCHURE

In 2021 organiseerden we de actie '**no steps, no glory**' met de focus op wandelen, joggen en hardlopen. Minstens 10.000 stappen per dag was het doel. Collega's konden elkaar enthousiasmeren en bovendien handige tips delen. Bedankt om massaal mee te doen! We maakten een **wandelbrochure** van al **jullie inzendingen**. Zo heb jij weer wat nieuwe inspiratie om te 'blijven gaan'.

Bekijk de brochure op [kruisnet](#) > Werken@WGKA > Welzijn > Gezond&Wel.

SEMAGLUTIDE *bij obesitas*

We merken dat heel wat artsen **semaglutide** (verkrijgbaar onder de merknamen Ozempic® en Rybelsus®) voorschrijven als geneesmiddel tegen **obesitas**. Nieuw is dit medicijn niet. Het wordt al gebruikt voor de behandeling van volwassenen met **diabetes type 2**. Als het product kadert in een diabetesbehandeling, dan is het op voorschrift van de arts vrijwel altijd gratis. Als het toegediend wordt in kader van obesitas, dan moet de patiënt dat zelf **bekostigen**.

Wanneer we Ozempic® (of een ander incretine-mimeticum) opstarten met als doel gewicht verminderen en de patiënt heeft geen diabetes, dan **coderen** we deze zorg NIET als DSC, maar wel als **SC** (injectie).



IN 'T KORT

NIEUWE CARTOONS

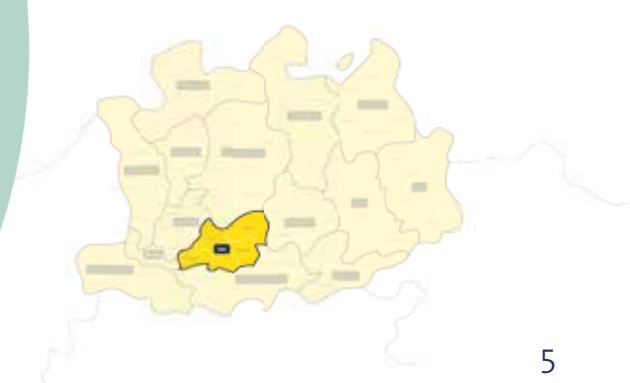
We lieten heel wat nieuwe **cartoons** maken. Die gebruiken we als grappige noot in vormingen en kwaliteitsnieuwsbrieven. Hou ze dus zeker in de gaten!

Deze cartoon over medicatie is al een voorproefje. Lees meer over medicatie toedienen op pagina 14 en 15.



Afdeling Lier verhuist

Spannende weken voor afdeling Lier: hun verhuis komt dichterbij. **In april** nemen ze intrek in hun nieuwe kantoren. Ze verhuizen naar de **Mechelsesteenweg 215 in Lier**. Het telefoonnummer blijft behouden. Je kan de afdeling nog steeds bereiken via 03-480 91 10 of lier@wgkantwerpen.be.



WEDSTRIJD

Win een boekenbon!

Ben jij een fervente lezer? Heb je nog plaats in je boekenkast? Waag dan zeker je kans om een bon van 25 euro van De Standaard Boekhandel te winnen. Stuur het antwoord op wedstrijdvrage voor 30 april 2022 via mail naar communicatie@wgkantwerpen.be.

Hoeveel collega's werken voor het department zorgbeleid?

met Anja Van Tichelen REGIOVERANTWOORDELIJKE

Anja Van Tichelen is regioverantwoordelijke voor Antwerpen, Kalmthout, Mechelen-Puurs, Merkssem, Mortsel, Mobiele-nacht equipe en Zoersel-Schildde. We leggen haar onze vragenlijst voor om haar nog beter te leren kennen.

Mijn vrienden omschrijven me als...

lief, zorgzaam en geduldig... maar ook een tikje eigenwijs.

Dit neem ik mee als ik vanavond naar een onbewoond eiland vertrek:

Mijn gezin! Zij zijn mij het meest dierbaar zijn en betekenen het allermeest voor mij.

Mijn ultieme guilty pleasure:

Er zijn enkele dingen waar ik moeilijk nee op kan zeggen: een dagje shoppen (ook al heb ik niets nodig), een glaasje bubbels, lekker eten... Maar ik probeer alles met mate te doen.

Mijn leukste WGKA-herinnering:

Leukste herinnering is niet de juiste verwoording, maar een van mijn mooiste en meest intense momenten bij het Wit-Gele Kruis is de zorg voor een palliatieve patiënt. Wij (ons verpleegteam en de mantelzorgers)

konden deze zorg opnemen volgens de wens van de patiënt. De man is vredig gestorven. Dat was heel intens, maar gaf nadien enorm veel voldoening en nieuwe energie.

Ik werk hier bijna 30 jaar, dus uiteraard waren er ook tal van leuke momenten: feestjes, vormingen, naar Oostende voor de Week van de Verpleegkundigen ...

Het laatste wat ik gegoogeld heb:

Sportkleden. Ik probeer mijn goede voornemens waar te maken. Misschien doe ik wel mee aan de 10 Miles met de collega's (lees: de Short Run, dat is al een hele prestatie ☺).

Bovenaan mijn bucketlist staat:

Als regioverantwoordelijke zou ik graag veel verpleegkundigen aanwerven. Zo kunnen de afdelingen weer meer rust vinden in hun werking.

Privé zijn er nog veel dingen die ik graag wil doen: kooklessen, bloemschikken, schilderen. Nu kom ik daar niet of weinig aan toe. Als ik binnen x aantal jaren op pensioen ga, zal ik me dus zeker niet vervelen!



(n.v.d.r.)
Absoluut! Wij zullen de **chill-out tent** bemannen...
Dat is toch ook een prestatie?!

De volgende kandidaat

"Ik werk al 30 jaar samen met **Christel Ribbens**, de VOA van afdeling Kalmthout. Van mij mag zij een keertje in de schijnwerpers staan!"

STEUNKOUSEN AANTREKKEN Ga er niet te licht over

Wat zijn de grootste veiligheidsrisico's in je dagelijks werk? Deze vraag stelden we in 2021 aan een werkgroep van WGKA-verpleegkundigen. Een op de drie vermelde risico's hielden verband met ergonomie. Het aantrekken van steunkousen belandde zelfs in de top 10.

Snel even tussendoor?

De perceptie bestaat dat we snel even tussendoor steunkousen aandoen. Niets is minder waar. Een steunkous moet strak rond het been zitten en vergt door de vele wrijving op de huid heel wat kracht van je duim- en polsgewricht. Ook je nek, rug, bekken en schouders kunnen foutief belast worden. Steunkousen worden voornamelijk vroeg op de voormiddagtoer aangetrokken, waardoor er geen spreiding is over de dag heen. Bijkomend sta je bij het aan- of uittrekken van de kous vaak in een voorovergebogen houding. Zo kregen enkele collega's al te maken met verrekkingen, peesontstekingen, gewrichtspijnen en zelfs barstjes in het gewricht door deze handeling.

Ellen Van de Perre, preventieadviseur:



"Denk en handel ergonomisch. Rug- of gewrichtsklachten manifesteren zich meestal pas na een periode van maanden of jaren. Dat wil je natuurlijk vermijden."

Ergonomisch werken

Hoe je een steunkous correct aantrekt, dat weet je als verpleegkundige of zorgkundige natuurlijk wel. Maar denk je er ook over na hoe je de techniek kan toepassen met aan-

dacht voor jouw **ergonomie**? Wacht niet met ergonomisch werken tot je klachten krijgt. Kijk dus welke aanpak het best voor jou werkt. **Denk na over je eigen houding en die van de patiënt.**

Droog het been of de arm goed af na het wassen. Als je een hydraterende crème gebruikt, neem dan een crème die snel intrekt. Of pas de organisatie van je zorgen aan.

Betrek de patiënt bij de zorg. Nog te vaak nemen we de zorg helemaal over zonder de hulp van de patiënt te vragen. Een eenvoudige handeling van de patiënt biedt vaak meer ondersteuning dan gedacht.



Je moet uitzoeken welke werkwijze het best bij jou past. Elke patiëntssituatie is anders. Roep waar mogelijk zeker de hulp in van de patiënt.

Dorien Pynenburg
Zorgkundige



Soorten kousen

De meest voorkomende klassen waarmee we in de thuisverpleging in aanraking komen, zijn **klasse 2 en 3**. Een steunkous klasse 3 is nauwsluitend en vraagt een inspanning die zich zeker laat voelen. Als de patiënt een kous van type 3 niet verdraagt, bekijk dan of er een mogelijkheid is om naar een lagere klasse 2 af te zakken. Bespreek dit altijd goed met de behandelende arts.

De meeste therapeutische steunkousen hebben een open teen. Kousen met een **open teen** zijn ideaal om te dragen als de patiënt de tenen liever 'vrij' houdt, graag sandalen of open schoenen draagt of als hij of zij voetproblemen heeft. Daarnaast zijn kousen met een open teen een aanrader om 'kissing ulcers' (wonden tussen de tenen) te vermijden.

Hulpmiddelen

Er bestaan heel wat hulpmiddelen die steunkousen aan- en uittrekken vergemakkelijken of ondersteunen. De meest voorkomende hulpmiddelen zijn de zijden tip, Easy Slide, Butler been, steunkoushandschoen, Doff N' Donner en HandyLegs.

Kijk op [kruisnet](#) > Zorg > Zorgdomeinen > Wondzorg > Producten en medicatie voor meer uitleg en de gebruiksaanwijzingen.



Hou bovendien rekening met volgende **aandachtspunten**:

- Niet alle hulpmiddelen werken ondersteunend voor de verpleegkundige. Afhankelijk van het type en de situatie kan een hulpmiddel soms zelfs verstorend werken.
- Hulpmiddelen zijn vaak redelijk prijzig en worden niet altijd (volledig) terugbetaald door het ziekenfonds.
- Overweegt de patiënt over te gaan tot de aanschaf van een hulpmiddel? Geef dan zeker advies. De patiënt kan ook altijd terecht bij een specialist in een thuiszorgwinkel.

Sommige collega's zoeken hulp in huis- tuinen keukenmiddeltjes.

De ribbeltjes op **rubberen handschoenen** zorgen voor extra grip én zijn relatief goedkoop voor de patiënt.



Belangrijkste tips

1. Denk na over je eigen houding en die van de patiënt.
2. Betrek de patiënt bij de zorg.
3. Droog het been of de arm goed af na het wassen.
4. Zorg voor een correcte steunkous: juiste klasse en juiste maat. Doe zelf geen maatname. Verwijs de patiënt door naar een thuiszorgwinkel.
5. Ken de juiste hulpmiddelen, adviseer je patiënt en gebruik ze waar nodig en mogelijk.
6. Plan indien mogelijk de patiënt in vooraleer hij of zij opstaat zodat het oedeem beperkt blijft.

TEST JE KENNIS

1. Je heb hulpmiddelen alleen nodig om steunkousen aan te trekken.
A. juist
B. fout
2. Steunkousen aandoen gaat het gemakkelijkst 's morgens vroeg als de patiënt nog niet is opgestaan.
A. juist
B. fout
3. Je kan een steunkous best aandoen als je je tegenover de patiënt zet en de patiënt zelf zijn kous over zijn kuit kan schuiven.
A. juist
B. fout
4. Steunkousen zijn minder effectief als twee correct aangebrachte kortere zwachtels.
A. juist
B. fout

1. B. fout. Er zijn ook heel wat hulpmiddelen die kunnen helpen om steunkousen uit te doen. Het kan zelfs leiden tot een verhoogde zelfredzaamheid van de patiënt. 2. A. juist. Vanaf het moment dat de patiënt opstaat, wordt er oedeem gevormd aan de onderste ledematen. Daardoor kan je de steunkousen moeilijker aanbrengen. 3. A. juist. Dit is minder belastend voor je rug. Kan de patiënt zelf de kous niet over zijn of haar kuit schuiven? Ga dan naast de patiënt zitten zodat je van dichtbij kan werken. 4. B. fout. Steunkousen klasse 3 zijn even effectief als twee correct aangebrachte kortere zwachtels. Steunkousen worden wel pas aangeraaden als het oedeem gestabiel is.

Antwoorden

Ze zijn met net genoeg om een voetbalploeg te vormen, onze **staf zorg**. Wie zijn ze, wat doen ze, wat drijft hen? Maak kennis met (v.l.n.r.):

Angelika Vermeerbergen, Bart Boeckx, Carolien Cavents, Liesbet Bellens, Tine Van Goubergen, Stef Peeters, Monika De Vos, Luc Heirstrate, Hilde Claessen, Luc Van Leemput en Els Broeckx.

De afgelopen twee jaar veranderde er heel wat binnen de staf zorg. **Stef** nam de fakkel over als directeur en **Carolien** wisselde haar positie van stafmedewerker in voor die van adjunct-directeur.

”
Dit jaar moeten we tijd maken om elkaar beter te leren kennen. Dat is er in volle coronatijd nog niet van gekomen.

Monika is de *go-to girl* voor alles EVD en e-learning. Bij **Luc H.** kan je dan weer terecht voor medicatiebeheer, GGZ, juridische kwesties en ethiek.

Hilde, Luc VL en Els zijn elk verantwoordelijk voor één referentiedomein: wond- en stomazorg, palliatieve zorg en diabetes.

Is altijd bezig en nog het liefst **buiten.**

Speelt al jaren **viool** en startte recent ook met **pianolessen.**

Bugelspeler en *groupie* van de HaFaBra-band van haar partner.

Wil dit jaar deelnemen aan de **Cooper's Hill Cheese-Running** wedstrijd.

(n.v.d.r.)
Zeker eens Googlen! ☺

Angelika en Bart kwamen ook de laatste twee jaar bij het team.

Angelika is o.a. verantwoordelijk voor patiënttevredenheidsenquêtes en biedt ondersteuning bij het opstellen en geven van vormingen. Bart is de man van de materiaalaankoop, infectiepreventie, incidentmanagement ...

Liesbet en Tine vormen het directiesecretariaat zorgbeleid en zijn de creatievelingen van het team.

Liesbet leeft zich graag uit in keramiek en Tine trekt er regelmatig op uit met haar fotocamera.

Bijna 40 jaar WGKA-ervaring op zijn teller

Fietst elke dag 62 kilometer (woon-werkverkeer) en is fervent loper.

Is moeder van een **puber** én een **puppy.**

IN BEELD

Zoals je al weet baten we sinds 1 januari de grootste zorgcentrale in Vlaanderen uit, samen met de andere Wit-Gele Kruisprovincies en CM Gezondheidsfonds. Deze eengemaakte zorgcentrale kreeg de naam 'Gerust'. In totaal zijn er meer dan 40.000 abonnees aangesloten. Maar wat betekent deze verandering nu precies in de praktijk?

Wat blijft hetzelfde?

- Abonnees kunnen nog altijd 24/7 alarm slaan via hun vertrouwde personalarm.
- Onze collega's van het onthaal blijven de alarmoproepen voor de abonnees uit provincie Antwerpen beantwoorden. Zij zijn ook back-up als er technische problemen zijn in de andere provincies.
- Onze logistieke collega's en de techniekers van GOED zorgen nog steeds voor de plaatsing van de personalarmtoestellen.
- Je kan nog altijd via je EVD een folder en/of aansluiting voor een personalarm aanvragen.

Wat is er veranderd?

- Abonnees zijn voortaan klant van Gerust. Het is ook Gerust die de facturen verstuurt.
- Als mensen via onze website op zoek gaan naar info over een personalarm, dan komen ze terecht op de website van Gerust.
- We hebben de zorgcentrale niet meer volledig in eigen beheer. Gerust is een klant geworden van de collega's van het onthaal, net zoals enkele huisartsenwachtposten en palliatieve netwerken, voor wie ze de telefonische zorgpermanentie opnemen.

Wil je meer weten over het aanbod van Gerust? Neem dan een kijkje op www.gerustzorgcentrale.be.

Het personalarm

gerust



KOFFIEKLETS met Roger Carpentier

♥ 75 jaar

🏠 Dessel

✚ WGKA-patiënt sinds 2021

😊 Diana, de (klein)kinderen en de zee

Wat een warme ontvangst bij Roger en zijn vrouw Diana... Ik voel me er onmiddellijk thuis. Een bloedklonter bezorgde Roger heel wat problemen. Hij had zeer complexe wonden aan zijn been. In april 2021 stond de wereld op z'n kop. Zijn been werd onverwachts geamputeerd. Ik krijg een kopje koffie en luister naar zijn openhartig verhaal.

"Ik werd plots wakker in een ziekenhuisbed. Ik keek onder het laken en mijn been was weg. Ik heb geroepen, geschreeuwd. Ik kan niet onder woorden brengen hoe verschrikkelijk dat voelde. Ik herinner me niet meer hoe ik in het ziekenhuis terecht ben gekomen.

Hechte familieband

Dat was een moeilijke, zwarte periode. Ik lag er alleen in een kamer en Diana mocht amper op bezoek komen. Het was pas na een bezoek van mijn kleinkinderen dat ik de wil vond om verder te gaan. Mijn kleinzoon zei: "Vake, stop met roken want anders ga je dood." Ik heb onmiddellijk mijn sigaren weggegooid. Ik zie het sindsdien positiever in, maar het gaat met ups en downs. Ik heb pijn en boze buien. Ik ben ook veel weemoediger dan vroeger merk ik.

Nu ik hulp nodig heb, besef ik pas hoe veel we aan onze kinderen hebben. We krijgen enorm veel steun van hen. Ze hebben een aangepaste kamer voor me gemaakt met een inloopdouche. Ook met onze drie kleinkinderen hebben we een sterke band. Ze komen zo veel mogelijk bij ons langs. Ik trek me aan hen op.

Steun rondom

We hebben veel geluk met onze verpleegkundigen Martine en Dorien. Ze zijn bezorgd, correct en staan altijd klaar voor een babbel. Ze zijn deel van onze familie. Ik zou ze een sleutel van het huis geven, maar dat is misschien een stapje te ver (*lacht*).

Ook met onze burens hebben we het getroffen. Ze zijn zo behulpzaam, al vind ik het wel moeilijk om dat te aanvaarden. De kinderen uit de straat stellen natuurlijk wel veel vragen. Een bloedklonter kan je aan hen niet uitleggen. Ik heb ze dus wijsgemaakt dat een krokodil mijn been heeft opgegeten. Daar waren ze helemaal mee weg!

Blijven dromen

100 jaar? Daar ga ik over! Als ik nog goed ben natuurlijk. We hebben nog



een doel: weer naar de zee gaan. We hebben een prachtige stacaravan in Knokke-Heist. Daar komen we al 20 jaar. Ik droom ervan om met mijn rolstoel langs het water over het strand te rijden. Dan moet ik wel een beetje afvallen, dan kan Diana me duwen."

Medicatie: weet wat je toedient



Wanneer een arts een voorschrift opstelt, moeten we deze opdracht in principe correct uitvoeren. In de praktijk is het voorschrift echter niet altijd even duidelijk of ontbreken er gegevens. Soms roept de medicatie zelf of de toedieningswijze vragen op. In het kader van medicatieveiligheid mogen we zeker kritisch zijn en deze vragen stellen!

Inhoudelijke twijfels

Twijfel je over de inhoud van het voorschrift? Ontbreekt er bijvoorbeeld essentiële informatie, zoals de

dosis? Volg dan deze stappen:

- Kijk na of er bijkomende info is die het voorschrift vervolledigt, zoals een verwijsbrief.
- Is dit er niet? Contacteer dan de arts om bijkomende info in te winnen. Pas de **write and read back** methode toe.
- Noteer de bijkomende info op de zorgbeschrijving of de medicatiefiche. Noteer ook datum/uur contactname, de naam van de arts en je eigen identificatienummer.
- Je hoeft geen nieuw (volledig) voorschrift aan de arts te vragen.

Niet-plus gevoel

Soms kan je een niet-plus gevoel hebben, ondanks dat het voorschrift wel correct is. Enkele voorbeelden:

- het product is niet geregistreerd in België (Je kan dit checken op www.bcfi.be)
- de verpakking of bijsluiter bevat vreemde tekens of ontbreekt, de flacon is niet gelabeld
- de medicatie werd niet door de (zieken)huisapothek afgeleverd
- je moet veel verschillende geneesmiddelen in één perfusie toevoegen (cocktail)
- de toedieningswijze op het voorschrift is niet opgenomen in de bijsluiter (off-label)

Wat doe je?

- Dien het product niet toe, maar verzamel eerst meer **informatie**.
- Neem contact op met je **afdelingsleiding** en overleg met hen hoe jullie verder communiceren met de patiënt en de arts.
- Onthou dat het moeilijk is een behandeling stop te zetten als de eerste collega hier al mee gestart is. We dienen met z'n allen waakzaam te blijven!

Een concreet voorbeeld

Een man krijgt wekelijks een IM inspuiting met een **niet-geregistreerd product** op basis van maretak. Na een inspuiting krijgt de man ernstige nevenwerkingen. Hij verliest het bewustzijn. De ziekenwagen komt hem thuis halen en hij moet opgenomen worden. Bij nazicht blijkt dat het product SC moet worden toegediend. De arts had op het voorschrift echter IM genoteerd als toedieningswijze.

Medicatiefouten kunnen zeer ernstige gevolgen hebben. We willen onze patiënten veilige zorg bieden. Daarom is het belangrijk om je kritische blik te bewaren. Voer een voorschrift niet blindelings uit, maar durf je expertise in te zetten.



Write and read back methode

1. Bel de voorschrijver
2. Noteer de informatie die je mondeling ontvangt
3. Herhaal naar de arts wat je genoteerd hebt
4. Vraag hem of haar om te bevestigen dat dit correct is
5. Noteer alle info op de correcte plaats in het dossier, inclusief datum/uur gesprek, naam arts en naam/nummer verpleegkundige

Een woordje uitleg



Off-label toediening

Op het voorschrift wordt afgeweken van het normale gebruik van het geneesmiddel. De dosering en/of de toedieningswijze zijn niet conform de bijsluiter. De arts vraagt bijvoorbeeld om een kant-en-klare spuit maar deels (voor een derde) toe te dienen.

⚠ Overleg eerst met de **afdelingsleiding** voordat je het product toedient. Denk eraan dat het moeilijk is om zo'n afwijkende dosis toe te dienen. Het product is daar namelijk niet voor ontwikkeld.

Lokaal anestheticum

Er bestaan geneesmiddelen die niet door een verpleegkundige toegediend mogen worden, of toch niet zonder aanwezigheid of toezicht van een arts. Dit wordt specifiek vermeld in de productinformatie. Een voorbeeld: Xylocaïne® aan een vitamine B preparaat toevoegen.

⚠ Een verpleegkundige is **niet bevoegd** om een lokaal anestheticum te gebruiken of toe te dienen. Enkel een arts kan dit doen met het oog op plaatselijke verdoving. Heb je patiënten waarbij je dit reeds doet of heb je een nieuwe zorgaanvraag? Ga in overleg met de **afdelingsleiding**.

Desensibilisering

Dit is een therapie waarbij allergenen in lage, oplopende dosissen worden toegediend om een allergie te bestrijden.

⚠ Desensibilisering heeft een ernstig risico op een **anafylactische reactie**. Dien dit dus **nooit** toe in de **thuis-situatie**. De aanwezigheid van een arts is vereist. Het gaat hier niet over vaccins (tegen een infectieziekte). Deze kan je wel als verpleegkundige toedienen, mits toezicht.

✚ **kruisnet** > Zorg > Preventiebeleid > Vaccinaties: zie 'aandachtspunten'.

MEDICATIE PER OS					AANPASSING MED	
am requentie	VM	MID	AV	NACHT	Opmerkingen	Stop- datum
						Datum contact arts
						Nummer VPK

EEN DAG UIT HET LEVEN VAN...

Kristel Van Kerkhoven

VERPLEEGKUNDIGE IN AFDELING MORTSEL

07u03

"'s Morgens rond 7 uur sta ik bij de eerste patiënt voor de deur. Ik werk al 14 jaar bij het Wit-Gele Kruis."



11u00

"Rond 11 uur eindig ik altijd bij dezelfde patiënte, Mitta. Hier kom ik al 13 jaar zo goed als dagelijks. Ondertussen zijn we goede vriendinnen geworden. Mitta noemt me haar vijfde dochter. Samen gaan we af en toe op stap en ze heeft zelfs al wat kledjes voor mij gemaakt."

12u17

"Eens thuis staan er twee Wit-Gele Kruisauto's voor de deur. Sinds een jaar doe ik aan co-housing met collega en beste vriendin Gonda Van Stappen."



14u48

"Deze namiddag maak ik kaastaart. Morgen ga ik op bezoek bij een vriendin. Tegenwoordig bak ik wel eens graag iets."



15u15

"Gonda en ik doen graag handwerk. Gonda maakt een tafeltent voor haar kleindochter. Ik help even mee terwijl de taart in de oven staat."

21u15

"'s Avonds kijken we samen tv, vaak met een handwerkje op de schoot. Terwijl we daar zitten durven we al eens een sms'je naar elkaar sturen, zomaar om gek te doen."

Klaar voor de Ten Miles



Emmeline Geudens,
verpleegkundige afdeling
Rijkevorsel

“Ik heb al wat ervaring met de Ten Miles. Ik ben enkele jaren geleden gestart met de Short Run. Ondertussen loop ik voor de derde keer mee met de Ten Miles.”

De tip van Emmeline:

Vooral genieten, zowel tijdens de trainingen als tijdens de wedstrijd. Heb je eens geen zin? Probeer jezelf te motiveren om toch te vertrekken. Achteraf ga je je ongetwijfeld goed voelen. De wedstrijd zelf is zo'n uniek gebeuren, echt iets om van te genieten.



Succes aan alle lopers!

Doe jij mee of kom je supporteren? Bezoek dan zeker onze WGKA-stand in het bedrijvendorp.

In april trekken we weer met een heel WGKA-team naar de Antwerp Ten Miles. Enkele deelnemers delen hun tips:

Angelika Vermeerbergen,
stafmedewerker zorg-
beleid

“Ik loop als sinds mijn 16e regelmatig als ontspanning. De afstanden en frequenties variëren. De

Ten Miles heb ik nog nooit

meegedaan. Ik heb al wel vaak deelgenomen aan obstacle runs zoals de Titan Run, Spartacus Run en Colour Run.”

De trainingstips van Angelika:

1. Varieer in je trainingen. Wissel af in tempo, afstand en type training (duurloop of interval). Hou je niet te halsstarrig vast aan een schema. Zorg ervoor dat je voldoende plezier bewaart.
2. Combineer lopen met alternatieve sporten. Zo onderhoud je je basisconditie en train je ook andere spiergroepen. Mijn persoonlijke favorieten zijn aquagym, aquazumba en boksen.
3. Luister goed naar je lichaam om blessures te vermijden.

Bart Dubois, diabeteseducator

“In 2000 deed ik voor de eerste keer mee aan de 10 Miles. In 2003 haalde ik mijn beste eindtijd: 1u03. Jammer genoeg heb ik kraakbeenschade aan mijn knieën. Ik train wat minder en rustiger aan zodat ik zonder pijn kan lopen. Marathons laat ik achterwege. Ik loop wel opnieuw de Ten Miles. Niet om de snelste te zijn, maar voor het plezier.”

De Ten Miles tips van Bart:

1. Start niet te snel, daar voel je later een weerbots van. Je voelt het niet als je de eerste kilometer te snel gaat. Je kan een pacer volgen. Die loopt met een ballon met een eindtijd op aan een gelijkmatig tempo. Zeker voor beginnende lopers is dat een grote meerwaarde.
2. Drink bij elke drankpost. Wandel desnoods even als je niet goed al lopende kan drinken.
3. Laat je niet afschrikken door de straffe verhalen van de Konijnenpijp. Houd hier gewoon je eigen tempo aan.

Ineke Balk

AUDITOR QUALICOR

Ineke Balk heeft heel wat ervaring als verpleegkundige en als leidinggevende in de thuiszorg en in een ziekenhuis. Nu is ze projectleider/beleidsadviseur bij Pleyade, een organisatie van Nederlandse thuiszorg en woonzorg- en revalidatiecentra. Wij kennen haar als Qualicor auditor. Ze was aanwezig bij onze audit in 2018 en bij de proefaudit in 2021.

Professioneel en enthousiast

“Ik herinner me vooral jullie professionaliteit, enthousiasme en goede voorbereiding. Bij de proefaudit in 2021 merkte ik minder spanning. Het Wit-Gele Kruis van Antwerpen heeft een verbeterslag doorgemaakt ten opzichte van 2018. Er is een groter kwaliteitsbewustzijn. De cyclus van incidentmeldingen voelt bijvoorbeeld meer vertrouwd dan in 2018.

Inwerken, ondersteunen en groeien

Wat me ook is bijgebleven, is het inwerkprogramma voor nieuwe collega's, de versterkte afdelingen (kunnen terugvallen op een afdelingshoofd, hoofd zorg, referentie-verpleegkundigen ...) en de interne doorgroei mogelijkheden. Jullie zetten daar duidelijk op in. Als mensen naar een andere functie doorschuiven, dan helpt het dat ze de

organisatie al kennen. De collega's in Herentals zijn goed op de hoogte van de werking op het terrein en, omgekeerd, zijn de stafmedewerkers ook gekend door de verpleegkundigen.

Spil in de zorg, motivator én ... tolk

Een job als thuisverpleegkundige is zo mooi en afwisselend, zowel in type zorgen als qua patiënten. Jullie zijn soms de enigen die op een dag over de vloer komen. In intensieve zorgsituaties zijn jullie de spil in de zorg én motivator voor de mantelzorgers, voor wie ik trouwens ook een grote bewondering heb.

De mondkapjes en taal zorgden tijdens de audit af en toe voor een barrière, maar de collega's sprongen dan gelukkig in als tolk. *(lacht)* Dat haalde er meteen de spanning af.

Verschillen met Nederland

Thuiszorg is thuiszorg, maar er vielen me toch enkele verschillen op. In Nederland werken we meer met verzorgenden. We werken ook *evidence based*, maar we doen veel minder aan universitair onderzoek. Dat zou ons ook nuttige professionele inzichten kunnen bieden. In Nederland is de medicatie-uitwisseling beter georganiseerd. Dit gebeurt digitaal



tussen zorgverleners in de eerste lijn. Jullie moeten nog veel overschrijven. Een ander verschil is dat je elke drie jaar dient te bewijzen dat je bevoegd en bekwaam bent om verpleegtechnische handelingen uit te voeren. Zo'n lat voor de sector zou misschien ook voor België interessant zijn.

Laatste tips voor de audit

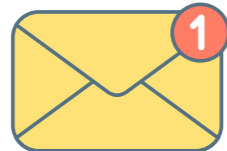
Ga uit van je eigen deskundigheid! Je bent goed ondersteund. Denk aan de vormingen, boekjes, nieuwsbrieven ... Vraag onder collega's nog eens extra door of kijk eens bij elkaar mee. Heb vooral vertrouwen. Weet je iets niet tijdens de audit? Wees dan eerlijk. Dat is helemaal niet erg. Zeg dat je het nazoekt of dat je bij je collega of leidinggevende navraag zal doen. Heel veel succes!

WIJ VAN 'T KRUIS

Afdelingsnieuws



Miss-WGKA-kerst-2021? Dat is ongetwijfeld Silke Blockx van afdeling **Zoersel-Schilde**. Silke trok er als kerstvrouw op uit samen met haar Rudolf.



Heb jij ook een **leuk bericht of toffe foto** om te delen met collega's? Stuur het dan zeker door naar communicatie@wgkantwerpen.be!

OPVOLGING VERZEKERD



Maité is helemaal klaar om in de voetsporen van mama Vanessa De Smet (afdeling **Mortsel**) te treden.

ZIJ HEEFT STIJL

Onze nieuwe collega Kirsten Andersson (afdeling **Antwerpen**) toert in stijl! Op haar elektrische fiets, met een zelfgemaakt fluohesje. Welkom Kirsten!



RETRO

Els Pluym (afdeling **Rijkevorsel**) draait de klok even terug. Ze deed een ritje met een klassiek 2PK'tje van het Wit-Gele Kruis. Dat zal bij heel wat collega's wel een belletje doen rinkelen.

Dappere patiënt

Patiënte Noor (2 jaar) van afdeling **Heist-op-den-Berg** maakte deze mooie tekening. Haar ouders stuurden het volgende berichtje:

"Hartelijk bedankt Marijke, Linda en Sophie voor de zorg van Noor haar vinger. Jullie stelden haar en mij alle drie erg op ons gemak. Topmensen!"



WIJ VAN 'T KRUIS

Personalia

NOVEMBER 2021 - JANUARI 2022



NIEUWKOMERS

Welkom & veel succes!

Afdeling Antwerpen

Kirsten Andersson • verpleegkundige
Valéria La Roche • zorgkundige
Velda Vera Bimela • zorgkundige

Afdeling Geel

Karen Van Swalm • verpleegkundige
Nathalie Diderich • verpleegkundige

Afdeling Heist-op-den-Berg

Charlotte Rens • verpleegkundige
Karen Vanderstraeten • verpleegkundige
Lindsay Vanlommel • zorgkundige

Afdeling Herentals

Josée Boeckx • verpleegkundige

Afdeling Kalmthout

Joyce Van Grootel • zorgkundige
Mariska Eyckmans • zorgkundige
Veerle Van Dorst • zorgkundige

Afdeling Mechelen-Puurs

Jolien De Block • zorgkundige
Lorena Hopio Posecion • zorgkundige
Nabila Marchouh • zorgkundige

Afdeling Mol

Roosje Brusselaers • verpleegkundige

Afdeling Mortsel

Nina Broos • verpleegkundige

Afdeling Rijkevorsel

Anne Boes • verpleegkundige
Gwen De Backer • verpleegkundige

Afdeling Turnhout

Comfort Ohenewaa • verpleegkundige
Eva Nooyens • verpleegkundige

Afdeling Zoersel-Schilde

Laura Keynen • zorgkundige

Onthaal en Zorgcentrale

Leen Sauviller • medewerker onthaal en zorgcentrale
Penny Peeters • verpleegkundig medewerker zorgcentrale

Provinciaal secretariaat

Christophe Verheyen • IT-medewerker
Emaal Hamidi • IT-medewerker
Jan Van de Poel • IT-medewerker
Walter Kenis • IT-medewerker



GETROUWD

Veel geluk samen!

Afdeling Boom

Fanny De Meyst en Christoph

Vroedvrouwenteam

Firdaouss Gazali en Mohcine



GEBORTES

*Proficiat met
het nieuwe
leven in huis!*



Lowie ° 3 november 2021

Zoon van **Annick Vleugels**, afdeling Westerlo

Sia ° 15 november 2021

Dochter van **Gitte Daems**, afdeling Zoersel-Schilde

Mats ° 21 november 2021

Zoon van **Sara De Herdt**, afdeling Lier

Moone ° 26 november 2021

Dochter van **Jolien Printems**, afdeling Lier

Millie Elina ° 27 november 2021

Dochter van **Hella Van Den Broeck**,
afdeling Heist-op-den-Berg

Nala Kuruma ° 3 december 2021

Dochter van **Teningbe Doumbouya**, afdeling Antwerpen

Noué ° 16 december 2021

Dochter van **Shari Lambrechts**, afdeling Mechelen-Puurs

Reyan ° 22 december 2021

Zoon van **Tiziana De Lee**, afdeling Antwerpen

Anna ° 30 december 2021

Dochter van **Charlotte Van der Heyden**,
afdeling Zoersel-Schilde

Tibo ° 30 december 2021

Zoon van **Melina Duwaerts**, afdeling Zoersel-Schilde

Tyr ° 16 januari 2022

Zoon van **Anouk Van Bogaert** en **Benjamin Stroobants**,
afdeling Zoersel-Schilde

Vic ° 18 januari 2022

Zoon van **Evelien Marijnissen**, afdeling Rijkevorsel

Luan ° 28 januari 2022

Zoon van **Kelly Driesen**, afdeling Geel



MET PENSIOEN

Afdeling Heist-op-den-Berg

Dian Van Elsen

Afdeling Westerlo

Linda Pareijn

Afdeling Geel

Gaby Deconinck

Beter Thuis

Anita Looijmans

*Bedankt & geniet
van de rust!*

De compleet foute WGKA-QUIZ

Markeer **woensdag 25 mei** in je agenda, want twee jaar na datum zal die dag ein-de-lijk onze compleet foute quiz doorgaan!

Hopelijk zien we jullie in te gekke foute outfits verschijnen op ons provinciaal secretariaat, maar als dat niet mogelijk is voorzien we een **coronaveilige editie van op afstand**. Dat is ook een beetje fout, toch?

Schrijf je zo snel mogelijk in via **kruisNET**, want ook dit jaar zijn de plaatsen beperkt!

