

# *DiaPost*

**April 2016**



Nierpatiëntenvereniging

Zwolle



NVZ

**advertenties binnenvoor**

## Samenstelling bestuur

### Voorzitter

J. Smit - Lettinga Roorda  
Krabbescheer 45, 8265 JG Kampen  
tel. 038-3319419, Smit\_J45@hotmail.com

### Secretaris

D.H. Adelerhof-Holtrigter  
Tureluur 17, 8271 HD IJsselmuiden  
tel. 038-3317977, adelerhof17@home.nl

### Penningmeester

J.M. van Huigenbos  
Kerkdijk 1, 8085 BE Doornspijk  
tel. 0525-661390

### Alg. bestuurslid / Redactie DiaPost / Ledenadministratie

AE. P. Dalebout  
De Havezathe 39, 8101 XW Raalte  
tel. 0572-361424, aeilt.pieter@kpnmail.nl

### Alg. bestuurslid / 2e voorzitter

A. de Jong  
Tureluur 17, 8271 HD IJsselmuiden  
tel. 038-3317977, andjo@online.nl

### Alg. bestuurslid

A. van den Elst  
De Bagijnenkamp 5, 8061 AW Hasselt  
tel. 038-4771538, avandenelst@hotmail.com

### Alg. bestuurslid

K. Klein  
Westerkampen 16, 7722 TK Dalfsen  
Tel. 0529-471512

### Postbanknummer:

NL78INGB0001963642  
t.n.v. Nierpatiëntenvereniging Zwolle

**Emailadres:** nierpvz@hotmail.nl

**Website:** www.nierpatientenvereniging-zwolle.nl

Adreswijziging en wijzigingen in de behandeling graag doorgeven aan de ledenadministratie.

Indien u iets wilt weten over het lidmaatschap van onze vereniging kunt u kijken op het aanmeldingsformulier achterin deze DiaPost. Voor alle overige informatie kunt u terecht bij het bestuur. (zie ook lotgenotencontact)

### Uitgever

Binnenhof Projecten B.V., www.nolin-binnenhofprojecten.nl

**De uitgever en de vereniging zijn niet verantwoordelijk voor de inhoud van de advertenties.  
Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd en/of verspreid zonder schriftelijke toestemming  
van de uitgever en/of de vereniging.**

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord van de voorzitter	2
Ledenmutatie	3
Belangrijke datum / telefoonnummers	3
Nierziek kind wordt vaak te laat doorverwezen	4
Nierpatiënten eerder in beeld met FIND	5
Nieuwe commissie Regionale Nierpatiënten Verenigingen ingesteld!	6
Ledenadministratie	7
Leden gezocht	7
Het kerstdiner van 2015	8
Algemene Ledenvergadering 9 Juni 2016	10
Dialysecentrum Willemstad op Curaçao	14
Verroest, Verrek, Verteer	16
Onze dagtocht voor 2016	18
Wandel mee over de Rode Loper	21
Gemberkoekjes	22
Aanmeldingformulier	24



## Voorwoord van de voorzitter

Beste leden,

Ruim een jaar na de officiële opening van ons prachtige nieuwe ziekenhuis hebben de meesten van u er wellicht een bezoek gebracht en volgens mij zijn de meningen overwegend positief: patiënt centraal, korte lijnen met onze nefrologen, verpleegkundigen enz.

Of de meningen en ervaringen een jaar na invoering van de WMO ook zo positief zijn betwijfel ik. De gemeentes voeren een verschillend beleid t.a.v. toekenning van zorg in welke vorm dan ook.

Begin april hopen we een eerste oriënterend gesprek te hebben met de diabetes-, hart-, vaat- en longvereniging om te onderzoeken of er een vorm van samenwerking mogelijk is om gezamenlijk op te komen voor de belangen van chronisch zieken. Wordt vervolgd...

Het actieve donorregistratiesysteem is in februari weer in de Tweede Kamer aan de orde geweest en orgaandonatie bij leven staat momenteel via de media volop in de belangstelling.

Er bestaan grote verschillen in nierzorg tussen ziekenhuizen. Isala voert gelukkig een actief transplantatiebeleid.

Tijdens de Donorweek in oktober hebben bestuursleden honderden registratieformulieren uitgedeeld aan belangstellenden. Er werden zelfs enkele tientallen formulieren ter plekke ingevuld!

1 februari heeft de Nierstichting een wereldwijde inzamelingscampagne gelanceerd om 10 miljoen euro op te halenvoor de ontwikkeling van de draagbare kunstnier. Het doel van de actie "Help them Escape" is een apparaat te ontwikkelen ter grootte van een schoenendoos.

In Nederland worden veel sportieve evenementen georganiseerd om geld in te zamelen. Op 16 april wordt in Naarden de Rode Loper Loop "Voel je VIP" gehouden.

Elke stap op de Rode Loper is een stap in de richting van de draagbare kunstnier. Zelf zal ik hierbij aanwezig zijn. Ook u kunt dit project steunen door middel van een donatie aan de Nierstichting of gewoon een extra bijdrage doen in de collectebus. Daarnaast zijn in veel plaatsen nog collectanten nodig.

Tijdens de WKD op 10 maart zullen enkele bestuursleden een stand bemensen in de centrale hal van Isala, Zwolle om de bezoekers te wijzen op het belang van goedwerkende nieren.

Om in aanmerking te komen voor de volledige subsidie van de Nierstichting moet een regionale vereniging samenwerken met de regiocoördinator en voldoen aan vier kerntaken: collectieve belangenbehartiging; lotgenotencontact; informatie en kennisoverdracht en betrokkenheid, ambities en activiteiten Nierstichting. Onze vereniging voldoet ruimschoots aan deze kerntaken.

Zoals u verder in deze DiaPost kunt lezen hebben we bij wijze van experiment de ledenvergadering dit jaar gecombineerd met de bootreis.

De wereld om ons heen is volop in beweging, maar bent u tevreden over de aandacht, de behandeling van en communicatie met uw deskundigen, laat dit dan gewoon eens aan hen weten, want zij staan wel dag en nacht voor ons klaar....

*Jannie Smit*

## Ledenmutatie van 1 november 2015 tot 1 maart 2016



### Belangrijke data

Wandel evenement Rode Loper	: 16 april 2016
Algemene Ledenvergadering	: 2 juni 2016
Bootreis	: 2 juni 2016
Kerstdiner	: 16 december 2016

### Belangrijke telefoonnummers

Isala Klinieken (receptie)	038-4245000
Actieve dialyse	038-4242589
Centrumdialyse	038-4242530
Peritoneaal dialyse	038-4242292
Dialyse Isala Meppel	0522-234220
Maatschappelijk werk	038-4242530
Secretariaat Nefrologie	038-4245544
UMCG (polikliniek niertransplantatie)	050-3612372



## Nierziek kind wordt vaak te laat doorverwezen

Door Merel Dercksen

**Een kwart van de Britse kinderen die voor het eerst bij een nefroloog komen, heeft zo'n slechte nierfunctie dat ze binnen drie maanden moeten starten met dialyse. En vaak zelfs al binnen een maand. Hierdoor is er geen tijd voor een pre-emptieve transplantatie, en moeten deze kinderen vaak langer dialyseren dan de kinderen met nierproblemen die eerder doorverwezen worden.**

Een groep Britse wetenschappers heeft, namens de British Association for Paediatric Nephrology, onderzocht hoe het staat met de verwijzing van jonge nierpatiënten naar (kinder)nefrologen. Ze wilden weten welke factoren verband houden met een late verwijzing. En welke gevolgen een late verwijzing heeft voor transplantatie en de overlevingskansen.

Een late verwijzing definiëren ze als dat het kind binnen drie maanden na het eerste bezoek aan de nefroloog nierfunctievervangende behandeling nodig heeft. In hun onderzoek hebben ze kinderen opgenomen in de leeftijd van 3 maanden tot 16 jaar, die tussen 1996 en 2012 met nierfunctievervangende behandeling zijn gestart. In totaal ging het om 1603 patiënten, van wie een kwart laat verwezen blijkt te zijn. Van deze kinderen begon driekwart zelfs binnen een maand met dialyse, dus vrijwel direct na het eerste bezoek aan de nefroloog.

De laat verwezen kinderen waren, vergeleken met degenen die in een eerdere fase van nierfunctieverlies werden doorgestuurd, gemiddeld wat ouder, en ook ging het vaker om meisjes en kinderen met een Afrikaanse familieoorsprong. Bij deze kinderen kwamen bepaalde oorzaken van de nierproblemen, zoals glomerulaire ziekten, wat vaker voor. Hieronder vallen ook aandoeningen die zich acuut en snel kunnen ontwikkelen.

Een jaar na start van de dialyse blijkt er nog altijd een groot verschil te zijn in het aandeel kinderen dat inmiddels getransplanteerd is. Van de kinderen die vroeg verwezen waren is dat dan ruim 60%, van de kinderen die laat verwezen waren is een jaar na de start van de dialyse pas een vijfde getransplanteerd.

Wel geldt voor beide groepen kinderen dat levende donoren ongeveer een derde van de transplantaties gefaciliteerd hebben. Het is dus niet zo dat er onder de kinderen die wat eerder bij een nefroloog kwamen, in alle gevallen een familielid donor is en dat de transplantaties snel uitgevoerd konden worden omdat het familielid al voorbereid en gescreend was. Gemiddeld zijn deze kinderen ruim vier jaar gevolgd. In die periode is een deel van de kinderen overleden, maar ondanks het verschil in transplantatiekansen in het eerste jaar, zagen de onderzoekers over de langere periode geen duidelijke verschillen in overlevingskansen tussen kinderen die in een vroeg of juist een laat stadium van nierfunctieachteruitgang verwezen waren.

Toch is langer dialyseren voor je getransplanteerd kunt worden nooit goed. De onderzoekers pleiten daarom voor nieuwe studies, waarmee hopelijk de oorzaken van het vaak late verwijzen kunnen worden achterhaald. Ook vinden ze dat er strategieën ontwikkeld moeten worden om andere zorgverleners die kinderen behandelen alerter te maken op mogelijke nierproblemen bij kinderen.

Bron: NierNieuws



## Nierpatiënten eerder in beeld met FIND

Het FIND-dashboard van Gezonde Nieren zorgt ervoor dat aanzienlijk meer patiënten met chronische nierschade in beeld komen bij huisartsenpraktijken. Dat blijkt uit onderzoek in opdracht van zorgverzekeraar CZ. De resultaten zijn van belang omdat verdere gezondheidsschade beter te beperken is naarmate een patiënt eerder bekend is.

FIND is een programma dat bekende labwaarden van patiënten van huisartsenpraktijken analyseert om patiënten te identificeren met kans op chronische nierschade. Voor het onderzoek is gekeken wat het systeem heeft opgeleverd voor zeven huisartsenpraktijken in de omgeving van het Brabantse Ravenstein, met in totaal 34.290 ingeschreven patiënten.

### Opsporen

Met FIND bleek dat 5,7 procent van de patiënten van de onderzochte huisartsenpraktijken een vorm van chronische nierschade heeft. Minder dan de helft van deze patiënten was als nierpatiënt bekend bij de huisartsenpraktijk. Dat betekent dat FIND veel nierpatiënten opspoort die nog niet als zodanig bekendstaan: 71 'nieuwe' patiënten per gemiddelde huisartsenpraktijk.

### Vroeg stadium

Patiënten met chronische nierschade (of een verhoogde kans daarop) blijven vaak lang buiten beeld van zorgverleners, doordat beginnende nierschade geen klachten geeft. Dat is problematisch, omdat er juist in een vroeg stadium veel mogelijkheden zijn om verdere nierschade te beperken en het risico op hart- en vaatziekten te verkleinen. Voor patiënten betekent dit onder meer dat ze tijdig hun levensstijl kunnen aanpassen, bijvoorbeeld door minder zout te gaan eten of te stoppen met roken. Ook krijgen ze mogelijk medicijnen tegen hoge bloeddruk of cholesterol.



### Adviseren

Om de huisarts te ondersteunen in de omgang met nierpatiënten geeft FIND voor elke patiënt adviezen over vervolgacties, zoals labonderzoek, streefwaarden voor bloeddruk en cholesterol en overleg met of verwijzing naar een specialist (volgens de landelijke afspraken hierover).

### Voorkomen

'De resultaten van de studie laten zien dat FIND toegevoegde waarde oplevert', schrijven de onderzoekers.

Het vroegtijdig opsporen van risicopatiënten maakt het mogelijk de zorg voor de grootste groep patiënten in de eerste lijn plaats te laten vinden, acute opnames te voorkomen en bij verdere progressie van nierschade tijdig in te zetten op transplantatie of dialyse.

*Bron: Gezonde Nieren*

## Nieuwe commissie Regionale Nierpatiënten Verenigingen ingesteld!

*Regionale Nierpatiënten Verenigingen organiseren zich om gesprekspartner te zijn van de Nierstichting en de NVN.*



Ruim twee jaar geleden heeft de Nierstichting aangegeven te gaan nadenken over de herziening van de subsidieregeling van de Nierstichting voor regionale patiëntenverenigingen (RNV). Zij hebben verenigingen uitgenodigd om zitting te nemen in een werkgroep "toekomstige financiering RNV". Een aantal verenigingen heeft hier gehoor aan gegeven en heeft de afgelopen jaren in de werkgroep gezeten. Namens de NVZ heeft dhr. Jaap van Huigenbos zitting genomen in deze werkgroep.

### **Van geld discussie naar praten over samenwerking**

Gaandeweg is het werkgroepoverleg (gelukkig) steeds meer gaan praten over de inhoud van de samenwerking tussen de Nierstichting, de RNV'n en de NVN. Dat is een mooie ontwikkeling. Steeds meer werd echter duidelijk dat de mensen in de werkgroep er niet alleen voor de eigen vereniging zitten, zoals de oorspronkelijke insteek was. Er is duidelijk behoefte aan één gespreksgroep namens de 30 zelfstandige regionale verenigingen. Een commissie die gesprekspartner is voor de Nierstichting en voor de NVN.

### **Commissie Regionale Nierpatiënten Verenigingen ingesteld**

Zaterdag 3 oktober 2015 heeft een besturenoverleg tussen lokale verenigingen, Nierstichting en NVN plaatsgevonden.

Tijdens dit overleg heeft dhr. Jaegers het voorstel voor het instellen van de commissie toegelicht. De aanwezige verenigingen hebben unaniem ingestemd met het instellen van de commissie.

### **Wat doet de commissie?**

De commissie bestaande uit maximaal 10 personen (uit 10 verschillende verenigingen) is gesprekspartner van de Nierstichting en van de NVN.

De commissie behartigt de gezamenlijke belangen van ALLE regionale verenigingen. De commissie bereidt besluitvorming voor, maar neemt zelf geen besluiten. Dit gebeurt in een halfjaarlijks besturenoverleg waar RNV'n, Nierstichting en NVN samen besluiten nemen.

### **Hoe is de NVZ betrokken?**

De heer Jaap van Huigenbos zal namens NVZ zitting nemen in de commissie.

### **Wat nog meer?**

Regionale verenigingen gaan steeds meer met elkaar samenwerken. Dit is belangrijk en noodzakelijk om de belangen van de patiënten te dienen.

### **NVZ zet steeds in op samenwerking met alle partijen.**

Meer samenwerking is noodzakelijk om de belangen van de patiënten te dienen!



## Ledenadministratie



Het komt regelmatig voor, dat ik door één van onze leden gebeld wordt met de vraag hoe het komt dat ze niets meer horen van onze vereniging.

Vaak blijkt dat ze zijn verhuisd en ons hun nieuw adres niet doorgegeven hebben.

Dus gaat u verhuizen, denk ook even aan ons.

Krijgt u een nieuw e-mailadres geef ons dat dan ook even door.

## Leden gezocht voor de organisatie van de jaarlijkse collecte (18 t/m 24 september)

Je organiseert de collecte (werving en inzet van vrijwilligers) in een deel van je woonplaats.

Je zorgt dat de vrijwilligers tijdig informatie en materialen krijgen, zodat ze aan de slag kunnen.

Je leidt na afloop van de collecte de telling en afdracht van de opbrengst en voert de administratie.

Collectanten zijn ook van harte welkom.



## Het kerstdiner van 2015

Op 12 december jl. vond ons jaarlijkse kerstdiner plaats. Dit jaar hadden we weer gekozen voor restaurant Coelenhage te Wezep.

U had wel vertrouwen in de organisatie en de locatie, want u kwam met velen. Er waren bijna 100 personen aanwezig. De zaal was prachtig versierd. Er heerste een goede sfeer, waar u aan heeft meegewerkt.

De organisatoren hadden dit jaar voor dezelfde opzet gekozen als in 2014. De eerste twee gangen van het diner werden aan tafel geserveerd. Wat het hoofdbuffet betrof: er was een ruime keuze voor iedereen.

Het diner werd afgesloten met een grand dessert, ook weer voor ieder aan tafel geserveerd.

Restaurant Coelenhage bood ons een kop koffie aan. Daarna ging bijna iedereen voldaan naar huis. We kregen van een paar mensen de opmerking, dat het buffet niet goed warm was.

Dit hebben we gemeld en bij het bijvullen was het eten aanzienlijk warmer. Bij de voorbespreking van het diner van dit jaar zullen we de temperatuur van het eten nog eens duidelijk aangeven. Tijdens het diner werd de sfeer verhoogd door het pianospel van Wout Fledderus.

We hopen dat we u op **16 december a.s.** mogen begroeten op ons kerstdiner, weer bij restaurant Coelenhage.

*Namens het bestuur  
Denie Adelerhof en Æilt Dalebout.*









## Algemene Ledenvergadering 9 Juni 2016



Dit jaar heeft het bestuur bij wijze van experiment besloten de ledenvergadering te houden tijdens de bootreis van 9 juni. De vergadering is gepland direct na de koffie. Dit houdt echter in dat indien u niet meegaat met de bootreis en wel punten voor de ledenvergadering heeft, of andere op- of aanmerkingen u deze voor 1 juni, dient door te geven aan de secretaris. Het concept financiële jaarverslag van 2015 en/of de concept begroting van 2016 kunnen op verzoek worden gemaild.

### Agenda Ledenvergadering 9 juni 2016

1. Opening
2. Mededelingen/Ingekomen stukken
3. Notulen Algemene Ledenvergadering 22 april 2015
4. Jaarverslag 2015 secretaris
5. Financieel verslag 2015 en begroting 2016
6. Verhoging contributie lidmaatschap met € 2,50 of € 5,00?
7. Verslag Kascommissie
8. Ledenoverzicht 2015
9. Verkiezing bestuur.  
Aftredend en niet herkiesbaar: Andries de Jong  
Aftredend en herkiesbaar: Albert v.d. Elst en AEilt Dalebout
10. Rondvraag
11. Sluiting

## Notulen Ledenvergadering NVZ op 22 april 2015

Aanwezig: alle bestuursleden en 11 leden van de NVZ.

De ledenvergadering vond plaats in Urbana, Zwolle om 13.45 uur.

### 1. Opening

De voorzitter opent de vergadering en heet iedereen welkom. Speciaal Monique Stoop, regiocoördinator Oost Nederland van de Nierstichting. De voorzitter benoemt het probleem van de lage opkomst.

### 2. Mededelingen

De WKD wordt genoemd en de patiëntenbezoekjes.

### 3. Notulen ALV, 1 mei 2014

De notulen worden ongewijzigd vastgesteld.

### 4. Jaarverslag 2014 secretaris

Geen vragen over het jaarverslag.

### 5. Financieel verslag 2014 en begroting 2015

Wij hebben een negatief saldo van € 1709,--. Nierstichting € 1000,-- minder subsidie en portokosten DiaPost zelf betalen € 700,-- DiaPost gaat twee keer per jaar verschijnen. Niet bezuinigen op bootreis en kerstdiner. Verjaardagskaarten ook afgeschaft.

### 6. Verslag Kascommissie

De kascommissie bestond uit de heren K. Klein en L. Apperlo. De financiële boekhouding zag er overzichtelijk en correct uit. Financiële overzicht en begroting goedgekeurd. Een compliment voor onze penningmeester. De kascommissie bestaat voor volgend jaar uit de heren L. Apperlo en T. Marz.

### 7. Ledenoverzicht 2014

Leden per 31-12-2014: 263. (Zie DiaPost maart 2015). Jannie vraagt om een ogenblik stilte voor de overleden leden.

### 8. Verkiezing bestuur

Hans en Cees zijn aftredend en niet herkiesbaar. Jannie en Denie zijn aftredend en herkiesbaar. Zij worden opnieuw gekozen.  
Nieuwe bestuursleden Jaap van Huigenbos en Klaas Klein.

### 9. Rondvraag

De heer Apperlo stelt voor de prijs van de bootreis met € 2,50 te verhogen. Liever een hoger eigen bijdrage dan een bootreis van een halve dag.

### 10. Sluiting

De voorzitter sluit de vergadering.





## Jaarverslag van de secretaris over 2015

### januari

- overleg OL dialyse, MMW en NVZ

### februari

- DiaPost

### maart

- 6 en 7 maart, tweedaagse NVN. Jannie en Andries.
- World Kidney Day 12 maart, mini symposium innovatie nieren vanuit belang patiënt, Isala, Zwolle

### april

- overleg NVN en regionale verenigingen
- ledenvergadering 22 april, daarna themamiddag, veranderingen in de nieuwe zorgwet en de gevolgen en mogelijkheden hiervan. Met medewerking van het Steun- en Adviespunt van de NVN, genaamd STAP

### mei

- taxi-overleg
- patiëntenbezoekjes, hotel, centrum en Meppel
- overleg OL dialyse, MMW en NVZ

### juni

- bootreis

### augustus

- overleg NON en diabetesverenigingen over themamiddag 14 en 28 november

### september

- overleg OL dialyse, MMW en NVZ

### oktober

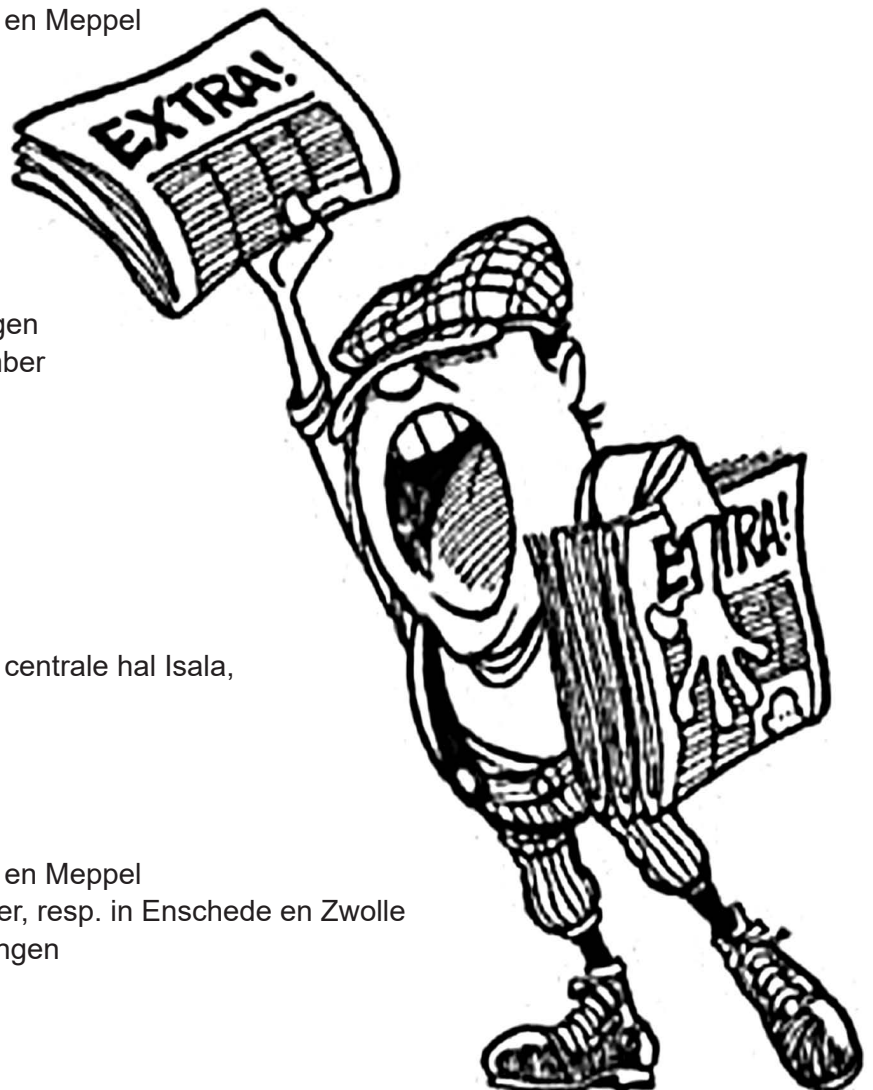
- taxi-overleg
- donorweek 12-16 oktober. Stand in centrale hal Isala, i.s.m. donatiefunctionarissen

### november

- DiaPost
- patiëntenbezoekjes, hotel, centrum en Meppel
- Themamiddagen 14 en 28 november, resp. in Enschede en Zwolle
- Overleg NVN en regionale verenigingen

### december

- kerstdiner



Verder heeft het bestuur regelmatig vergaderd of met elkaar in contact gestaan via telefoon en/of mail. Ook is er overleg geweest met de patiëntenverenigingen: Oost-Nederland en de Diabetesverenigingen: regio Enschede en Zwolle. Vormen van lotgenotencontact waaraan het bestuur heeft gedaan, zijn: bloemen gebracht of gestuurd bij transplantatie, kaarten verzonden bij ziekte en overlijden. Bezoeken gebracht aan zieken e.d.



## Ledenoverzicht 2015

Aantal leden per 1-1-2015	<b>264</b>	leden		
Toename	17	leden		
Vermindering	27	leden, waarvan	18 overleden	
			3 geroyeerd	
			6 opzeggingen	
Aantal leden per 31-12-2015	<b>254</b>	leden, waarvan	226 lid NVN	
			28 geen lid NVN	
			9 donateurs	
Opbouw ledenbestand naar categorie		8	peritoneaal dialyse	
		39	hemodialyse Centrum	
		7	hemodialyse nacht Centrum	
		7	hemodialyse Meppel	
		7	hemodialyse Actief	
		6	hemodialyse thuis	
		118	getransplanteerd	
		13	predialyse	
		49	geen status(ouders, partners en nabestaanden)	
Ledenbestand naar geslacht	135	mannen		
	118	vrouwen		
Ledenbestand naar leeftijd	4	onbekend		
	19	van 80 jaar en ouder		
	64	van 70 – 80 jaar		
	90	van 60 – 70 jaar		
	46	van 50 – 60 jaar		
	20	van 40 – 50 jaar		
	9	van 30 – 40 jaar		
	2	van 20 – 30 jaar		

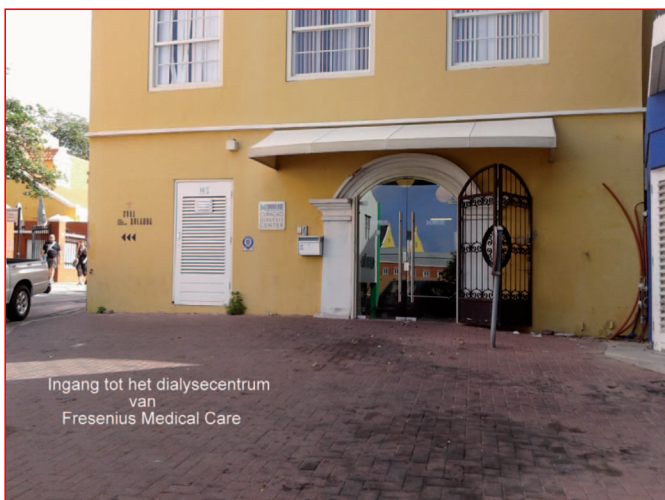
## Dialysecentrum Willemstad op Curaçao

In februari jl. zijn wij, Denie Adelerhof en Andries de Jong, met vakantie geweest naar Curaçao. Wij hebben daar o.a. het dialysecentrum van Fresenius bezocht in Willemstad en kregen een rondleiding van de hoofdverpleegkundige van het dialysecentrum, Tjitske Hiemstra. Dat was heel interessant. Tjitske vertelde dat er op Curaçao gemiddeld meer nierpatiënten zijn dan in Nederland. Zie haar verslag.

Dit komt o.a. vanwege de leefomstandigheden op Curaçao, obesitas en diabetespatiënten. Wij hebben met twee dames gesproken die de vakantiedialyses regelen. Bij ons in het hotel was een dame uit Nederland, die daar drie keer per week dialyseerde tijdens haar vakantie. Wij hebben Tjitske gevraagd of ze een stukje wilde schrijven voor onze DiaPost. Dat heeft ze gedaan en hierbij haar verslag.

Mijn naam is Tjitske Hiemstra. Sinds oktober 2015 werk ik als hoofdverpleegkundige in het CDC, Curaçao Dialysis Center. Ik ben lange tijd dialyseverpleegkundige in Nederland geweest. Het werken hier is een zeer leuke uitdaging. Naast het werken op Curaçao is het hier heerlijk genieten van alle mooie dingen die het eiland te bieden heeft.

Het CDC bestaat sinds 2006 en is gestart als vakantiedialyse centrum voor 12 patiënten. Inmiddels is het centrum uitgegroeid tot een groot zelfstandig dialysecentrum waar dagelijks 44-46 lokale patiënten worden gedialyseerd. Er wordt geen PD gedaan. Het CDC is een kliniek van Fresenius Medical Care. Dagelijks is er ruimte voor 2 vakantie dialyse patiënten. Zij kunnen zich zelfstandig aanmelden.



De aanvraag wordt bij ons verwerkt en ingepland nadat er goedkeuring is gegeven en alle kweken negatief zijn. Curaçao kent veel dialyse patiënten. 168 op elke honderdduizend inwoners ondergaat hier dialyse, tegen 38 op de honderdduizend in Nederland.

Er moet dus voldoende capaciteit zijn om al deze patiënten te dialyseren. Naast het CDC heeft ook het ziekenhuis St Elisabeth Hospital een dialyse afdeling. Hier worden dagelijks 45 patiënten gedialyseerd. Er is op het eiland nog een dependance van het St Elisabeth ziekenhuis. Op deze beide locaties wordt wel PD gedaan.

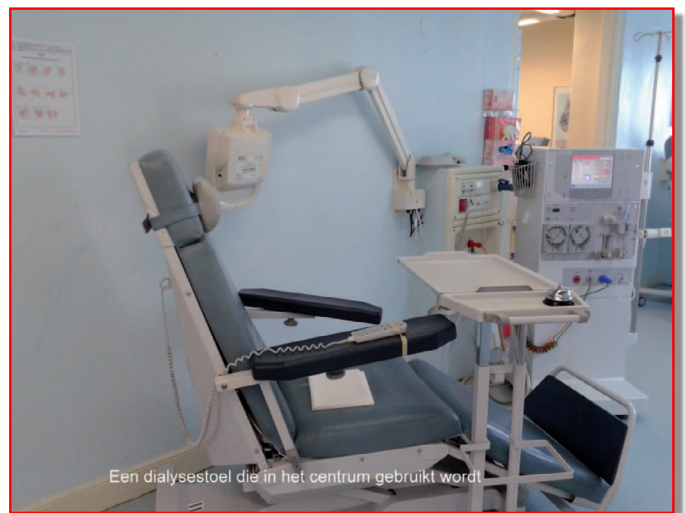
Mocht u op vakantie willen naar Curaçao en u bent dialysebehoefstig dan kan u een kijkje nemen op de website en informatie opvragen... want Curaçao is hopi Dushi!!

[www.curacao-dialysis.com](http://www.curacao-dialysis.com)

*Een zonnige groet vanaf Curaçao,  
Tjitske Hiemstra*



### Hier onder nog een paarfoto's van het centrum.



Een dialysetoel die in het centrum gebruikt wordt



Tjitske met twee verpleegkundigen die de vakantiedialyse verzorgen



Eén van de dialyseverpleegkundigen

## **Verroest, Verrek, Verteer,** een boek van Frans Roest geschreven in 1997.

*In dit boek verhaalt de schrijver over zijn vroege jeugd in het kleine dorpje Barchem in de Gelderse Achterhoek. Juist teruggekeerd uit zijn geboorteland Indonesië groeit hij hier op in de rust van de prachtige bossen. Doordat de school meerdere kilometers van huis verwijderd is komen er weinig vriendjes spelen, maar veel moeite blijkt de schrijver er niet mee te hebben. Een heerlijk boek dat u mee terugneemt naar de rust en de eenvoud van een klein dorp enkele jaren na de tweede wereldoorlog. Voor een groot deel op werkelijkheid gebaseerd maar ook verhalen en voorvallen welke geheel op fictie berusten. Een verhaal van een kind dat in een gelukkige omgeving opgroeit tot een beginnend puber.*



*Met toestemming van Frans, die ook nierpatiënt was, doch helaas op 10 maart 2012 is overleden, mogen wij zijn boek als een soort feuilleton publiceren. Dit keer:*

### **HOOFDSTUK 11/15**

#### **VERVELING**

Ik loop mij buiten wat te vervelen. Het is vakantie, maar voor vandaag heb ik nog niet echt besloten wat ik zal gaan doen. Kijk dat is nu het heerlijke van dit leven hier in het bos. Je hoeft niets van te voren te bedenken. Het meeste gebeurt allemaal vanzelf. Alle plekjes ken je in de omgeving, alle nesten en holen van dieren. Overal kun je wel wat zien als je maar zorgt dat je jezelf inpast in de natuur. Uren kan ik op mijn vaste plekjes liggen kijken of dromen. Door zo rustig te blijven komen de dieren tot vlak bij je. Je leert je spanning en angst te verliezen en te genieten van de dieren. De reeën gaan niet direct op de loop als je maar rustig blijft liggen; soms komt een vos tot vlak bij je om zijn kostje op te zoeken; zelfs zwijnen durven zich knorrend en wroetend in je buurt te wagen. Alle dieren lijken je te gaan kennen en accepteren op den duur je aanwezigheid. Wat kan ik op zulke momenten toch genieten van een nest konijnen dat met en over elkaar springt en speelt. Wat zijn deze diertjes toch veel mooier zo, in vergelijking met de kale enge stukjes vlees op je bord. Dan zie ik met rillingen over mijn rug hoe vader de witte, gekookte, kop van een konijn op zijn bord heeft liggen, er met de steel van een theelepeltje de, doffe, ogen, waar de angst nog in af te lezen is, uitpeutert en vervolgens met een groot mes de kop openzaagt om met veel smaak en genoegen de inhoud van het schedeltje te verorberen. "Here zegen deze spijs. Amen" Zal Hij dat wel van ons accepteren? Dat wij zo van Zijn schepping misbruik maken? Ik kan me haast niet voorstellen dat Hij hier zijn zegen op zal laten rusten! Als ik hem was liet ik iedereen die hiervan at minstens misselijk worden!

Nog durf ik niet echt te twifelen aan het bestaan van de God van mijn ouders, maar diep in mij gloeit er al het ongeloof dat al die verhaaltjes weliswaar leuke verhaaltjes zijn, maar niet zijn wat de mens er in denkt te vinden. Twifelen in en aan God dat kan en mag niet! Wat God doet dat is goed! De rust, de vredigheid, maar vooral de vrede en harmonie tussen alles wat in de natuur leeft en groeit en die ik daar toen heb leren kennen heb ik later in de volwassenwereld nooit meer terug kunnen vinden en is dus met mijn kinderjaren verdwenen! Daar zie ik mijn broer samen met twee zussen wegschuipen uit het fietsschuurtje met de schop van vader in de hand. Aan hun hele manier is te zien dat ze iets gaan doen waarvan ze denken dat het niet mag. Ik besluit mij niet te laten zien omdat ik weet dat ze dan hard weg zullen rennen. Op afstand volg ik hen voorzichtig er op letten niet op te vallen. Na enige tijd stoppen ze en beginnen, goed versholen tussen de bosjes en niet vanaf het pad zichtbaar, in zo'n geheimzinnige bult te graven. Dit is het moment voor mij om tevoorschijn te komen. Nu kunnen ze me toch niet meer kwijt, want dan zal ik hen kunnen verraden. "Wat doe jij hier? Hoe weet je dat wij hier zijn? Ben je ons stiekem gevolgd? Donder op, we kunnen geen kleine pottenkijvertjes gebruiken!" Met een gemeen lachje om de mond zeg ik poeslief: "Okee, dan zal ik vader vertellen wat jullie hier met zijn schop aan het doen zijn." Het is hen nu ook duidelijk in welke positie zij en ik ons bevinden en dus mag ik blijven. Het graven duurt niet zo heel lang en de spanning stijgt steeds verder en ontlad zich in gejuich wanneer de schop met een klinkend geluid



op metaal stoot. Glimmend metaal is zichtbaar op de plek waar de schop het voorwerp geraakt heeft. Haastig wordt doorgedaan en na twee scheppen is dan duidelijk wat we gevonden hebben: Blikjes, een hele stapel blikjes. De vraag is alleen: 'Wat zit er in die blikjes?' Met de schop wordt geprobeerd een blikje open te stoten. Zonder succes. We hebben een blikopener nodig luidt de conclusie. "Wacht" zegt mijn ene zus. "Ik heb thuis een padvindermes, daar zit een blikopener aan. Ik ben zo terug." Even later komt ze terug en inderdaad krijgen we het blik open. Als het eerste gaatje in het blik geprikt wordt, loopt er een straaltje rode vloeistof bij mijn zus over de hand. We deinzen allemaal terug van de schrik, en allemaal denken we aan bloed. "Gatverdamme, bloed" schreeuwt mijn andere zus en maakt aanstalten om weg te rennen. "Nee" zegt mijn zus met het blik in de hand: "Rode bietjes" Verbaasd kijken wij elkaar aan. Rode bietjes? In blik? Midden in het bos? Ook andere blikjes blijken allemaal eten te bevatten: diverse groenten, aardappelen, brood en zelfs krentenbrood en koekjes.

We besluiten een paar blikjes mee te nemen. Als we thuisgekomen de blikjes aan vader laten zien weet deze direct wat het is. "De groene kleur van de blikjes duidt erop dat ze van militairen zijn. Dit zijn nooddranksoenen. Waarschijnlijk zijn die in de oorlog door de Duitsers, die hier hun hoofdkwartier hadden om te bewaren in de grond gestopt. Kijk ze zijn nog helemaal goed. Die zijn nog goed eetbaar. En dat tien jaar na de oorlog! Die Duitsers konden toch wel goed materiaal maken al kun je daarmee hun daden niet goedpraten." zegt hij, ondanks zijn hekel aan Duitsers met enig ontzag in zijn stem. Aan de ene kant een wel erg ontnuchterend einde van de geheimzinnige bultjes, aan de andere kant ook wel weer spannend. Toch is de echte spanning nu verdwenen en er is nooit meer verder in bultjes gegraven. Wel werd er onder leiding van de verloofde van één van mijn zussen op een andere manier gegraven en in de bodem gesnuffeld. Hij studeerde geologie en onder zijn leiding werden wij enthousiast gemaakt voor wat stenen ons te bieden en te vertellen hebben. Hij leerde ons hoe je vaak al aan de buitenkant van de steen kon zien hoe mooi de kristallen waren die er binnenin zaten. Daarvoor moest je de stenen wel splijten. Dat gebeurde meestal in de bankschroef op de werkbank van vader. Zo ook toen er door mijn broertje en mij een mooie enigszins ronde steen werd gevonden. Hij werd precies zo ingeklemd in de bankschroef als we onze aanstaande zwager hadden zien doen, maar hoe we ook sloegen met

de hamer, de steen was niet kapot te krijgen. We nemen de steen mee naar buiten en proberen hem stuk te krijgen door ermee tegen de muur van de garage te gooien. Vader, gealarmeerd door het lawaai, komt een kijkje nemen wat zijn zoons nu weer aan het uitvreten zijn. Als hij ziet wat er gebeurt komt hij woedend aanstappen. "Willen jullie daar direct mee ophouden! Jullie kunnen de muur wel beschadigen" Omdat wij protesteren en zeggen dat we willen zien wat er in de steen zit heeft vader er, waarschijnlijk terecht, weinig vertrouwen in dat we werkelijk onze pogingen zullen staken als hij uit het zicht verdwenen is. Daarom eist hij de steen waar alles om te doen is op. Hij pakt hem van ons aan en plots trekt al het bloed uit zijn gezicht. Lijkbleek laat hij de 'steen' op de grond vallen, pakt ons bij de arm en loopt snel weg. Nog weten we niet wat er aan de hand is, maar aan de reactie van vader begrijpen we dat het iets ernstigs moet zijn. Eenmaal in de garage weet hij er stotterend uit te brengen: "Jullie hadden wel dood kunnen zijn of op zijn minst ernstig verminkt. Jullie waren met een handgranaat aan het spelen." Het geluk voor ons was, zo bleek later dat de granaat zo ernstig verroest was, dat alles als het ware vastgelast zat. Achter in de tuin heeft vader toen een diep gat gegraven en daar het oorlogstuig in laten verdwijnen in de hoop dat hij geheel vergaan zal zijn voordat het weergevonden wordt. Dat er wel het een en ander gebeurt is in de oorlog in en rond het huis blijkt uit de vondsten welke regelmatig gedaan worden. Zelfs tot in het huis. Achter de verwarming en in het riet van de kap op zolder worden bijvoorbeeld bajonetten gevonden. In een bult zand achter het huis waar door ons kinderen op ons verzoek een hut gebouwd mag worden komen diverse delen van een jeep te voorschijn. Tot grote ergernis van mijn vader staat er middenin de boomgaard een kastanjeboom. Op een dag besluit hij om die boom weg te halen omdat die immers niet thuis hoort in de boomgaard. Tijdens het uitgraven van de wortels stuit hij al gauw op resten van een soldatenlaars. Als echter blijkt dat die laars menselijke resten blijkt te bevatten wordt het tijd voor hem om de dorpsveldwachter hiervan in kennis te stellen. Bij verdere opgravingen door de identificatiedienst worden de resten van meerdere mensen aangetroffen. Natuurlijk mochten wij hiervan niets weten, laat staan dat wij er iets van gezien hebben als kinderen. Het zwarte verleden van de jaren veertig lag bij velen nog te vers in het geheugen en op praten daarover heerste bijna een taboe. Misschien is dit voor mij wel het moment geweest om te besluiten nooit iemand te willen doden en dus nooit soldaat te worden.

## Onze dagtocht voor 2016

Onze bootreis gaat dit jaar plaats vinden op donderdag 2 juni a.s.

We hebben een **nieuwe bestemming** gevonden en dit jaar gekozen voor het gezellige Zutphen. We leggen aan bij de IJsselkade, vanwaar het ongeveer 500 meter lopen is naar het centrum van de stad. Als u slecht ter been bent, of een rolstoel moet gebruiken, geen zorgen. De boot is voorzien van een lift waarmee u zelfs op het open dek kunt komen. Hopelijk kunnen we bij mooi weer met zijn allen weer genieten van de omgeving. Ook is er ruimte voor een p.d.-wissel.

De afvaart is in Wijhe om **10.00** uur. U kunt zich inschepen tussen **9.30** en **10.00** uur aan de kade in de haven van Wijhe. Er is voldoende parkeergelegenheid aanwezig! We varen vanuit Wijhe de IJssel op richting Zutphen. Nadat we 's morgens de koffie of thee met iets lekkers genuttigd hebben willen we een **korte ledenvergadering** houden. Tijdens de vaart naar Zutphen gebruiken we een broodmaaltijd. We hopen om ongeveer **13.30** uur in Zutphen aan te meren. Hier krijgt u de tijd om op eigen gelegenheid het centrum te bezoeken. Wij verwachten u om uiterlijk **15.30** uur weer aan boord, zodat we kunnen terugvaren naar Wijhe. De aankomst in Wijhe is om ongeveer **18.30** uur.

Op de terugvaart kunt u nog genieten van een warm en koud buffet. De maaltijden worden zo zoutarm mogelijk bereid. Indien u een dieet heeft waarmee rekening gehouden moet worden, geef dit dan bij opgave door s.v.p.

In verband met de gestegen kosten zien we ons genoodzaakt de onderstaande prijzen te hanteren:

Voor u als lid	€ 25,00
Een tweede persoon ook	€ 25,00
De derde en vierde persoon elk	€ 55,00

Dus voor een lid met drie extra personen, tevens de limiet, kost de reis dan € 160,00. Uw bijdrage voor deze reis dient u bij binnenkomst te voldoen.



U ontvangt tijdens de bootreis tweemaal koffie/thee bij binnenkomst, bij de broodmaaltijd tweemaal koffie/thee, melk of karnemelk.

Voor verdere inlichtingen kunt u contact opnemen met Albert van den Elst, één van de organisatoren van de bootreis. Zoals gebruikelijk kunt u zich aanmelden door middel van het opgaveformulier in deze DiaPost, of rechtstreeks bij Æilt Dalebout. (De gegevens van beide personen vindt u onder 'samenstelling bestuur' ). Tevens treft u in deze DiaPost een routebeschrijving aan naar de Havenkade in Wijhe, waar de boot ligt aangemeerd.

Indien u na opgave toch verhinderd bent, wilt u dit dan aan ons doorgeven. Wij moeten wel voor u betalen wanneer u zich niet afmeldt en wij zullen ons dan ook genoodzaakt zien u een rekening te sturen. Overmacht uiteraard daargelaten.

**U kunt zich opgeven tot 25 mei a.s.**



*De reiscommissie: Albert van den Elst en Klaas Klein*

## Opgave voor het reisje op donderdag 2 juni 2016

Naam: .....

Adres: .....

Woonplaats: .....

Tel.: .....

E-mail: .....

Ik kom met ..... personen (incl. uzelf, max. 4 pers.)

- Wil graag CAPD wisselen ja/nee \*
- Neemt een rolstoel/rollator mee ja/nee \* (wij stellen deze niet beschikbaar!)
- Zit in een rolstoel ja/nee \*
- Heeft een speciaal dieet nodig ja/nee \* Indien ja: welk .....

**Opgeven tot uiterlijk 25 mei a.s.!**

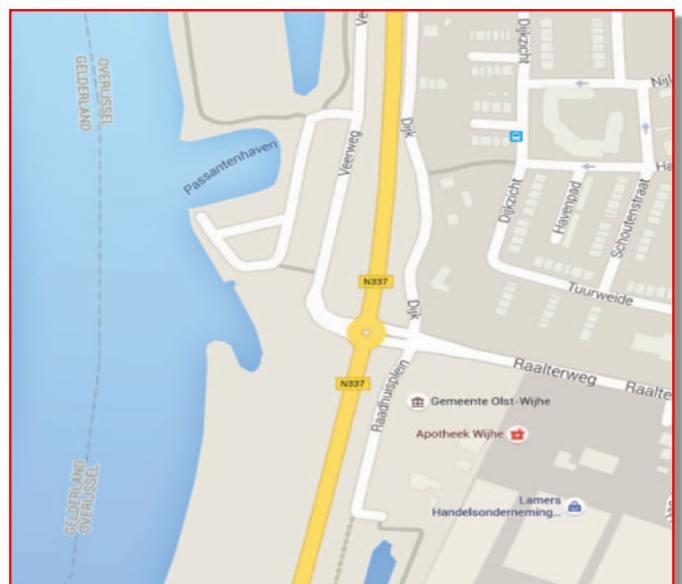
U kunt zich opgeven bij Æilt Dalebout (zie voor adresgegevens voorin deze DiaPost).

\* Doorstrepen wat niet van toepassing is

### Routebeschrijving naar Wijhe

Wijhe ligt aan de weg van Zwolle naar Wijhe-Olst (N337).

Bij de rotonde in Wijhe neemt u de afslag Veerweg, waar de boot waarschijnlijk al te zien is.



**advertenties / stopper**





# Wandel mee over de **Rode Loper**.

Doe **zaterdag 16 april** mee aan het meest bijzondere wandelevenement van Nederland. Elke stap op de **Rode Loper** is een stap richting de draagbare kunstnier. Schrijf je in op **rodeloper.nl**

• 5/10/20 km in 't Gooi • optreden Stanley Burleson • VIP-fotoshoot • verrassingen onderweg





## Gemberkoekjes



Dit recept is voor ongeveer 35 koekjes. Je kunt de hoeveelheden heel makkelijk verdubbelen. Kneed het deeg niet te lang door: als de boter smelt zullen de koekjes minder bros zijn.

### **Ingrediënten:**

- 300 g bloem
- 125 g suiker
- mespunt nootmuskaat
- 1 tl gemberpoeder
- 200 g koude boter, in blokjes
- 8 bolletjes stemgember, fijngesneden (60 g)

### **Bereiding:**

- Meng bloem, suiker en specerijen.
- Voeg de boter toe en kneed tot een deeg. Voeg een beetje water toe als het te droog is.
- Kneed de stemgember erdoor.
- Zet het deeg een half uur in de koelkast.
- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Bekleed een bakplaat met papier en vorm met de hand koekjes van het deeg.
- Bak de koekjes 15-20 minuten iets boven het midden van de oven.

**Voedingsstoffen:** 1 g eiwit, 1 mg natrium, 16 mg kalium, 10 mg fosfaat per stuk.

**Bereidingstijd:** 5 kwartier (inclusief wachttijd)

**advertenties / stopper**



**Aanmeldings-/wijzigingsformulier** voor het Lidmaatschap van bovengenoemde vereniging  
 (Ingevuld formulier sturen naar: **De Havezathe 39, 8101 XW Raalte**)

Ondergetekende,

Naam : .....

Voorletter(s) : .....

Straat : .....

Postcode : .....

Woonplaats : .....

Geslacht : .....

Geboortedatum : .....

Telefoon-/06-nummer : .....

Bank-/Gironummer : .....

E-mailadres : .....

Meldt zich aan als lid van de vereniging à **€ 20,=** per jaar  
 (het blad Wisselwerking 6 x per jaar van de Nierpatiënten Vereniging Nederland (NVN) is hierbij inbegrepen)

**of**

Meldt zich aan als lid van de vereniging à **€ 15,=** per jaar (**zonder** het blad Wisselwerking)

- is nierpatiënt en behoort tot de categorie:
- Hemodialyse Centrum
  - Hemodialyse nacht Centrum
  - Hemodialyse Actief
  - Hemodialyse Thuis
  - Hemodialyse Meppel
  - Peritoneaal dialyse CCPD/APD
  - Peritoneaal dialyse CAPD
  - Getransplanteerd, sinds .....
  - Prédialyse
  - Anders, nl.:

- is zelf geen nierpatiënt, maar staat in relatie tot de nierpatiënt als
- Partner
  - Ouder(s)
  - Kind
  - Nabestaande
  - Donor
  - Broer/zuster

**of** is géén van beide en

Meldt zich aan als Donateur van de vereniging voor minimaal **€ 10,=** (zonder rechten)

Datum: .....

Handtekening: .....

**advertenties binnenachter**

**advertenties buitenachter**