



## ALS HET OM UW GEZONDHEID GAAT

Zorgtips & Weetjes is een publicatie van Gezondheidscentrum Heerde die eenmaal per maand in de Schaapskooi verschijnt. Voor de inwoners van Heerde, Hoorn, Veessen en Vorchten zijn de zorgprofessionals die in het centrum werken het eerste aanspreekpunt als het gaat om gezondheidsvragen en gezondheidsproblemen. U kunt rekenen op laagdrempelige en passende eerstelijnszorg van hoog niveau, volgens de meest recente inzichten en richtlijnen.

## LET OP: SLUITINGSDAGEN IN MEI

Het duurt nog even, maar noteert u het alvast: het gezondheidscentrum is gesloten op 14 mei (Hemelvaartsdag) en 25 mei (Tweede Pinksterdag). Heeft u buiten onze openingstijden met spoed een huisarts nodig? Dan kunt u terecht bij Huisartsenspoedpost Zwolle, bij het Isala ziekenhuis. Kijk vooraf op [huisartsenspoedpostzwolle.nl](http://huisartsenspoedpostzwolle.nl) en bel altijd eerst: 085 079 18 79. Voor spoedmedicatie belt u de Spoedapotheek in het Isala ziekenhuis: 088 624 54 74. **Bel bij levensgevaar 112.**



(0578) 69 81 80  
[info@huisartsenheerde.nl](mailto:info@huisartsenheerde.nl)  
[www.huisartsenheerde.nl](http://www.huisartsenheerde.nl)



(0578) 69 27 90  
[info@apotheekheerde.nl](mailto:info@apotheekheerde.nl)  
[www.apotheekheerde.nl](http://www.apotheekheerde.nl)



(0578) 69 63 63  
[info@fysioheerde.nl](mailto:info@fysioheerde.nl)  
[www.fysioheerde.nl](http://www.fysioheerde.nl)

### NIEUWE SERVICE: DE TERUGBELPLANNER – WIJ BELLEN U TERUG

Vanaf mei introduceert onze huisartsenpraktijk een nieuwe service om u beter te helpen: de terugbelplanner. Met dit systeem ontvangt u eenvoudig een terugbelafpraak voor:

- het opvragen van uitslagen
- vragen over (herhaal)medicatie

Het doel is kortere wachttijden en een betere bereikbaarheid.

#### Waarom deze verandering?

We merken dat steeds meer patiënten ons bellen, vooral in de ochtend. Hierdoor kunnen wachttijden oplopen. Dat is niet prettig, daarom hebben we gezocht naar een oplossing die beter werkt voor u.

#### Hoe werkt de terugbelplanner?

- U belt onze praktijk
- U kiest de optie terugbelplanner
- U ontvangt een tijdvak waarin wij u terugbellen

Eén van onze medewerkers belt u binnen dit tijdvak terug.

Zo hoeft u niet meer in de wacht te staan.

#### Wat zijn de voordelen voor u?

- Kortere wachttijd aan de telefoon
- Vragen over medicatie en uitslagen worden later op de dag afgehandeld
- U wordt op het afgesproken moment teruggebeld
- Meer tijd en aandacht voor patiënten met een afspraak of medisch advies
- Snellere en gerichtere hulp

#### Goed om te weten

Tussen 08.00 en 10.00 uur blijven wij goed bereikbaar voor:

- het maken van afspraken
- medisch advies

Bij spoed kunt u ons altijd direct bellen – u wordt meteen geholpen.

Met deze nieuwe werkwijze willen wij u nog beter van dienst zijn. We hopen dat de terugbelplanner zorgt voor een prettigere ervaring voor u als patiënt.

Voor meer informatie kunt u terecht op onze website of neem contact met ons op.

### CHECK HET RIJDADVIES BIJ UW MEDICIJNEN

Gebruikt u medicijnen en gaat u de weg op? Dan is het goed om te weten dat sommige medicijnen invloed kunnen hebben op uw rijvaardigheid. U kunt er suf, slaperig, duizelig of minder alert door worden. Dat kan gevaarlijk zijn in de auto, maar ook op de brommer, scooter of (elektrische) fiets. Volgens het Instituut Verantwoord Medicijngebruik (IVM) gebruikt ongeveer één op de zes Nederlanders medicijnen die invloed kunnen hebben op de veiligheid in het verkeer. Kijk daarom niet alleen naar de bijsluiters of een gele waarschuwingsticker, maar controleer welk rijadvies voor u geldt.

Op de website [rijveiligmetmedicijnen.nl](http://rijveiligmetmedicijnen.nl) kunt u per medicijn opzoeken of u mag rijden, tijdelijk niet mag rijden of eerst moet afwachten hoe u op het medicijn reageert. Het rijadvies wordt niet meer per groep medicijnen bepaald, maar per medicijn. Voor sommige medicijnen tegen allergische klachten gelden sinds 1 april 2026 nieuwe rijadviezen.



Een voorbeeld is cetirizine. Dat is een medicijn tegen allergische klachten, zoals niezen, een loopneus en jeukende ogen bij hooikoorts. Gebruikt u 10 mg of minder per dag? Dan mag u rijden als u geen last heeft van bijwerkingen. Gebruikt u meer dan 10 mg per dag of gaat uw dosering omhoog? Dan mag u de eerste drie dagen niet rijden. Daarna mag het weer als u geen last heeft van sufheid of andere bijwerkingen.



Begint u met een nieuw medicijn, verandert uw dosering of merkt u dat u suf of minder alert bent? Neem dan geen risico in het verkeer. Gebruik uw medicijnen altijd zoals voorgeschreven en neem niet meer dan op het etiket staat. Ook als u weer mag rijden, is het verstandig dat pas te doen als u geen last meer heeft van bijwerkingen. Twijfelt u of u veilig de weg op kunt? Vraag het ons gerust. Wij denken graag met u mee.

### AFSCHIED VAN EEN VERTROUWD GEZICHT

Per 1 april jl. is Merdi van Essen, geriatriefysiotherapeut en maat binnen de maatschap van het Fysiotherapeutisch Centrum Heerde, met (pre)pensioen gegaan. Na een indrukwekkende loopbaan van bijna 44 jaar neemt zij afscheid van het vak waar zij zich altijd met hart en ziel voor heeft ingezet.

Merdi begon haar carrière destijds in de praktijk van Boele aan de Kamperweg. In al die jaren groeide zij uit tot een vertrouwd en gewaardeerd gezicht voor vele inwoners van de gemeente Heerde. Haar betrokkenheid ging verder dan alleen behandelen: zij had oprechte aandacht voor haar patiënten en hun verhaal.

Veel mensen kennen Merdi ook van haar werk bij onder andere IJsselheem Brinkhoven, De Bongerd en De Herbergier, waar zij met veel toewijding ouderen begeleidde. Daarnaast was zij actief als beweeg-/ buurtcoach ouderen binnen de gemeente Heerde en als coördinator van Ketenaanpak Valpreventie en GLI. Daarmee leverde zij een belangrijke bijdrage aan de gezondheid, zelfredzaamheid en vitaliteit van onze gemeenschap.

Wij zijn Merdi enorm dankbaar voor haar jarenlange inzet, deskundigheid en warme persoonlijkheid! Met deze verandering gaat de praktijk verder als Fysio Heerde BV, met Michiel Treffers als praktijk eigenaar. De vertrouwde zorg blijft, maar in een vernieuwde vorm.

*Wij wensen Merdi alle goeds voor de toekomst en hopen dat zij mag gaan genieten van een welverdiende nieuwe fase in haar leven!*

