



Nieuwsbrief | Zomer 2024

Nieuwe collega's in team Bijvanck

Praktijkondersteuner astma/copd

- Marianne Booij is in juni bij ons gestart. Zij werkt op woensdag en begeleidt patienten met astma / copd.

Doktersassistente

- Jasmijn, student geneeskunde komt de assistentes deze zomer ondersteunen.

Huisarts

- Mw. L. Tran is op donderdagmiddag werkzaam in de praktijk van dokter Schoop.



Bereikbaarheid in de zomer

De zomervakantie gaat bijna van start en ook wij gaan met vakantie.

De praktijk is de hele zomer gewoon geopend.

We zijn bereikbaar volgens onze vaste tijden.

Het kan zijn dat u niet bij uw eigen huisarts terecht kunt. Om u toch zo snel mogelijk te helpen, kunt u worden geholpen door een andere huisarts.

Wij vragen om uw geduld en begrip hiervoor.

Weet wat u moet doen als het warm wordt!



Drink voldoende

Drink water, thee of koffie. Ook als u geen dorst heeft, want ouderen hebben minder dorstgevoel. Matig het gebruik van alcohol.

Tip: zorg dat u altijd een flesje water bij de hand hebt, zeker als u naar buiten gaat of met de auto op pad gaat.



Houd uzelf koel

Blijf in de schaduw en beperk lichamelijke inspanning in de middag (bussen 12:00 en 18:00 uur).

Tip: maak gebruik van de koelere ochtend en avond voor uw boodschappen of wandeling. Neem een verkoelend (voet)bad of een douche.



Houd uw woning koel

Houd de zon en warmte zoveel mogelijk buiten uw woning, bijvoorbeeld met zonwering, ventilator of airconditioning.

Tip: zorg voor extra koude frisse lucht door het openen van ramen en/of deuren op tijdstippen dat het buiten is afgekoeld



Zorg voor elkaar

Let bij warm weer extra op mensen in uw omgeving die misschien uw hulp kunnen gebruiken.

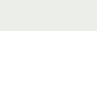
Tip: Ga een keer extra langzams of bel ze op en vraag wat u kunt doen.



Medicijnen en hitte

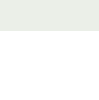
Sommige medicijnen kunnen bij hitte tot gezondheidsproblemen leiden doordat de water- en zouthoudding in het lichaam verstoord wordt. Dit kan leiden tot uitdroging, te weinig zweten en omwiel worden.

Overleg met uw apotheker of huisarts als u vragen heeft over het gebruik van uw medicijnen tijdens hitte.



Actuele weersinformatie

Actuele temperaturen, weersverwachtingen en weerswaarschuwingen in uw regio kunt u vinden op de website van het KNMI via www.knmi.nl



Meer informatie

Kijk voor meer informatie op www.rivm.nl/hitte of neem contact op met de GGD in uw regio. Contactgegevens kunt u vinden via www.ggdghor.nl

Wachttijden bloedprikken bij Tergooi

Wij ontvangen veel klachten over de lange wachttijden bij het lab van het Tergooi ziekenhuis om bloed te prikken. Wij hebben dit laten weten aan Tergooi.

Tergooi heeft inmiddels meerdere maatregelen genomen om de wachttijd voor het maken van een afspraak voor bloed prikken te verminderen.

Voor meer informatie over de wachttijden in het Tergooi klik [hier](#).

Sneller en efficiënt geholpen worden op de spoedpost

Heeft u een onverwachte zorgvraag in de avond, nacht of weekend?

Dan neemt u contact op met de [huisartsenspoedpost](#).

Om deze spoedzorg zo goed mogelijk te laten verlopen is het voor de huisartsen op de spoedpost belangrijk om te weten hoe het met uw gezondheid is. Denk aan welke ziekte(s) u heeft, welke medicatie u gebruikt en of u allergisch bent.

Daarom vragen wij u om [toestemming](#) voor het delen van uw gegevens, zodat de huisarts op de huisartsenpost een **samenvatting** van uw medische dossier kan opvragen. De huisartsenspoedpost kan hierdoor beter en sneller de zorg leveren die u nodig heeft.

Hoe geeft u toestemming tot het veilig delen van uw dossier?

Optie 1: Zeg het tegen je (huis)arts en apotheker

Optie 2: Geef hen een ingevuld toestemmingsformulier (bij de balie verkrijgbaar)

Optie 3: Regel het online op [Volgjezorg](#)

Wist u dat?

- Wij samenwerken met andere zorgverleners in de wijk Huizen en Blaricum. Zo maken we afspraken met andere huisartsenpraktijken, fysiotherapeuten, dietisten, apothekers, en Versa welzijn.
- Wij samen met het Leefstijlpunt thema-avonden organiseren? Voor meer informatie over de volgende thema-avond (3 september) kijk op onze [website](#).
- De gemeente iedere inwoner een fit en vitaal leven gunt. Als dat (even) niet lukt, kan je terecht bij het Leefstijlpunt. Hier zijn professionals aan mentale steun, dagelijks functioneren, zingeving, en kwaliteit van leven. Klik [hier](#) voor meer informatie. Of kijk op de flyer onder deze brief.

Leefstijlpunt

sport & bewegen, sociaal welzijn en gezondheid



Kom langs bij het Leefstijlpunt! Hier kunt u met al uw vragen terecht voor uzelf of omdat u zich zorgen maakt om een ander. Dit kunnen vragen zijn over:

- sport, bewegen en gezonde leefstijl
- dagelijkse zorg of welzijn
- lokale activiteiten
- hulp bij opvoeding
- zorgenvoer betekenissen in uw leven
- hulp bij het invullen van aanvragen
- zorgen over geld

Inlooppreekuren Leefstijlpunt

Blaricum
Malbak, Burg.
Tydemanplein 3

dinsdag (even weken)
van 10.15 - 11.15 uur

elke donderdag
van 09.00 - 12.00 uur

Eemnes
Huis van Eemnes,
Noordersingel 4

elke dinsdag
van 14.00 - 17.00 uur

Laren
Brinkhuis,
Brink 29

elke maandag
van 10.00 - 13.00 uur

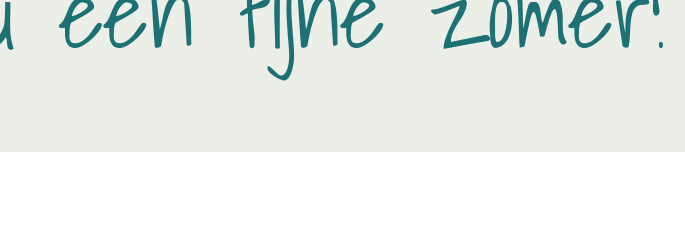
elke donderdag
van 12.30 - 13.30 uur

vrijdag (even weken)
van 11.00 - 12.00 uur

Vragen over het Leefstijlpunt?

☎ 088 - 2037379

✉ leefstijlpunt@blaricum.nl - leefstijlpunt@eemnes.nl - leefstijlpunt@laren.nl



Team Bijvanck wenst u een fijne zomer!

Huisartsenpraktijk Bijvanck

Hooibrug 9
1261 MV Blaricum

Telefoon 035 - 52 60 044

[Website huisartsenpraktijk Bijvanck](#)

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.
Als je geen e-mails meer wilt ontvangen dan kun je [hier afmelden](#).
Je kunt ook je [gegevens inzien en wijzigen](#).
Voeg noreply@huisartsenbijvanck.nl toe aan je adresboek voor een betere ontvangst.