

# extra

## Slaap- en waakstoornissen

'Silent ladykiller'

## Innovatieve prostaatbehandeling

MCL Harlingen alles  
onder één dak



**mcl**

medisch centrum  
leeuwarden

[www.mcl.nl](http://www.mcl.nl)





## Vriendelijke zorg

**in dit nummer:**

Silent ladykiller	3
MCL Harlingen	4
Prostaatbehandeling	6

**en verder:**

Kort nieuws	5
Route 8: Centrum voor Slaap- en Waakstoornissen	7
Nieuws	8

Patiëntvriendelijk werken. Het is een term die we de laatste jaren steeds vaker horen. Mensen komen over het algemeen niet voor hun plezier naar het ziekenhuis. Vaak hebben ze geen keus. Een patiëntvriendelijke houding en manier van werken is in onze organisatie dan ook extra belangrijk om het bezoek zo aangenaam mogelijk te maken. Het Medisch Centrum Leeuwarden doet er alles aan om patiënten op een zo vriendelijk mogelijke manier te helpen. Dat begint bij te luisteren naar de vraag van de patiënt. Patiënten met eierstokkanker (ovariumcarcinoom) gaven aan dat ze graag extra psychosociale begeleiding wilden. Voor deze “zachte” kant van zorg is binnen het MCL steeds meer ruimte. En om tegemoet te komen aan de wensen van patiënten in Zuidwest Friesland, bieden we straks op onze locatie in Harlingen zorg onder één dak.

Prettig voor de patiënt én voor de betrokken zorgprofessionals. In deze editie van MCL Extra leest u verder over de behandeling van een vergrote prostaat. Dankzij nieuwe lasertechnieken mag de patiënt eerder naar huis en neemt de kans op complicaties af. Leuk kunnen we deze behandeling niet maken, maar wel een stukje vriendelijker!

*Wander Blaauw,  
voorzitter directie MCL*

*Evelyn van Pinxteren,  
voorzitter bestuur medische staf MCL*

Extra is een uitgave van het MCL voor verwijzers, beleidsmakers, zorgprofessionals en andere geïnteresseerden. Verschijnt drie keer per jaar in een oplage van 2.000 exemplaren.

Jaargang 4 - december 2010

Redactie: Voorlichting & Communicatie tekst: Paul Schuringa en Groothaar en Orth opmaak en fotografie: Jan-Edwin Geertsma, druk: Telenga Drukkerij

Redactie-adres:  
afdeling Voorlichting & Communicatie - postbus 888 - 8901 BR Leeuwarden Tel. (058) 286 73 52 redactie@znb.nl  
www.mcl.nl

Eierstokkanker (ovariumcarcinoom) wordt ook wel de silent ladykiller genoemd. Deze vorm van kanker geeft pas laat klachten en heeft zich dan vaak al uitgezaaid in de buikholte. Na operatie en chemotherapie is kans op terugkeer van de kanker groot. Door deze onzekerheid is goede opvang en begeleiding van groot belang. Het MCL is in juni 2010 een speciaal zorgpad gestart voor deze patiëntengroep.



## Speciaal zorgpad voor “silent ladykiller”

In Nederland wordt elk jaar bij ongeveer 1100 vrouwen de diagnose eierstokkanker vastgesteld. In het MCL krijgen ongeveer dertig patiënten per jaar deze diagnose te horen. Vaak ontstaan klachten pas als de kanker al is uitgezaaid en na de diagnose start een intensief traject met grote onzekerheden. De prognoses zijn niet gunstig. De kans dat de kanker terugkomt is zeventig procent.

Het MCL is één van de eerste ziekenhuizen met een zorgpad voor deze patiëntengroep. Dit is tot stand gekomen in samenwerking met het IKNO (Integraal Kanker Instituut Noord Oost) en de Stichting Olijf, netwerk van vrouwen met gynaecologische kanker. ‘Het gaat niet om grote aantallen patiënten, maar de ziekte is erg ingrijpend en de behandeling complex en multidisciplinair’, zegt gynaecoloog Mirjam Apperloo. ‘Dat maakt dat er een goede afstemming nodig is tussen de zorg en begeleiding die verschillende deskundigen bieden. Daarnaast

is laagdrempelige begeleiding door een verpleegkundige belangrijk om aandacht te hebben voor de psychosociale kant. Met dit zorgpad sluiten we aan bij de landelijke richtlijnen, de hedendaagse eisen van de inspectie en bij de regionale afspraken binnen het netwerk met het UMCG.’

### Dezelfde zorg

Gynaecoloog Apperloo heeft samen met collega Marjan Keizer het aandachtsgebied oncologie. Een paar jaar geleden zijn ze gestart met intern onderzoek om de zorg voor patiënten met eierstokkanker goed in kaart te brengen. Daarnaast zijn patiënten gevraagd om deel te nemen aan een focusgroep om hun wensen aan te geven. Apperloo: ‘De harde zorg was prima, maar de begeleiding er omheen gebeurde ad hoc. Als je wilt dat iedere patiënt dezelfde zorg en begeleiding krijgt, is het noodzakelijk dat je met elkaar afsprekt wie wat wanneer doet. We hebben de zorg intern goed afgestemd tussen

alle betrokken disciplines, van begin tot eind. Daarnaast leggen we patiënten bij binnenkomst uit hoe het traject eruit ziet en bij wie ze terecht kunnen met vragen.’

### Een luisterend oor

Op dinsdag en donderdag werken verpleegkundig consulenten Frieda de Boer en Anneke Kuipers op de afdeling. Patiënten kunnen bij hen terecht met allerlei vragen. ‘We bieden vaak een luisterend oor en geven ondersteuning, coaching en tips’, zegt De Boer. ‘Veel patiënten zijn bang dat de kanker terugkomt. De psychische druk is zwaar. Ze hebben geen vertrouwen meer in hun lijf en zijn onzeker over de toekomst. Ze weten dat ze bij ons terecht kunnen met hun angsten en onzekerheden en dat geeft verlichting. Doordat patiënten lang bij ons in zorg zijn, kunnen we met ze meelopen gedurende het proces.’







## MCL Harlingen: alle zorg onder één dak



Het bruist in MCL Harlingen. Met de ontwikkeling van een nieuw concept bouwt het MCL aan een gezonde toekomst in Harlingen. 'Door de samenwerking met de eerstelijns zorg en de make-over van ons ziekenhuis, zijn we weer helemaal terug', zegt locatiemanager Leo Noorduin. 'Het hart klopt hier weer energiek.' Het gebouw wordt de komende tijd verbouwd om ruimte te bieden aan zorgpartners. Patiënten vinden straks alle zorg onder één dak en dankzij korte lijnen kunnen de verschillende professionals elkaar versterken.

Manager Noorduin en traumachirurg de Graaf

Wat heeft MCL Harlingen te bieden?

Het speerpunt van ziekenhuis MCL Harlingen is de polikliniek. Verschillende specialismen houden hier geregeld spreekuur. Patiënten kunnen hier terecht voor:

- Anesthesie
- Cardiologie
- Chirurgie
- Dermatologie
- Diabeteszorg
- Diëtiëk
- Geriatrie
- Gynaecologie
- Interne geneeskunde
- Keel- neus- oorheelkunde
- Kindergeneeskunde
- Laboratorium
- Longgeneeskunde
- Neurologie
- Oogheelkunde
- Orthopedie
- Podotherapie
- Radiologie
- Revalidatie
- Scopieën
- Stomazorg
- Urologie
- Verloskunde

Plastische chirurgie en reumatologie komen hier binnenkort bij.

Op het behandelcentrum worden patiënten opgenomen voor een korte behandeling of onderzoek, waarbij de patiënt dezelfde dag weer naar huis kan. Tevens biedt MCL Harlingen een röntgenafdeling en een laboratorium.

Toen twee jaar geleden de operatiekamers sloten, verdween het kloppend hart uit MCL Harlingen, blikt Leo Noorduin terug. 'De buitenwereld had het idee dat MCL Harlingen niet veel meer te bieden had, terwijl dat niet klopt. Ongeveer 85 procent van de bezoeken aan het ziekenhuis kunnen ook hier plaatsvinden. De meeste behandelingen zijn immers poliklinisch. Bovendien houden hier ruim vijftig specialisten spreekuur en bieden wij zorg van hoge kwaliteit.'

Dankzij een open dag in 2008 kregen inwoners van Noordwest Fryslân een goed beeld van het MCL Harlingen en veranderde langzaam de beeldvorming. Het aantal patiënten uit de regio is toegenomen en door de korte wachttijden en goede beoordelingen komen er ook patiënten uit Noord-Holland en Groningen.

### Het behandelcentrum

Niet alleen de beeldvorming moest veranderen, ook het gebouw was aan een metamorfose toe. In maart 2010 is het vernieuwde behandelcentrum geopend. Dit centrum is volledig ingericht op het brede scala aan onderzoeken en behandelingen die er worden geboden. Patiënten kunnen hier terecht voor onder andere oogheelkundige ingrepen in de zogenoemde SurgiCube, spataderbehandelingen, scopieën, infuustherapie, fotodynamische huidtherapie en kleine ingrepen zoals de behandeling van carpaletunnelsyndroom.

### One-stop-shop

Door de grootte van het gebouw is er ruimte voor een nieuwe visie: alle zorg onder één dak. Noorduin heeft contact gezocht met verschillende zorgprofessionals en bedrijven en inmiddels hebben verschillende organisaties besloten om zich in het gebouw te vestigen. Noorduin: 'Ons gebouw moet een soort one-stop-shop worden. Een plek waar patiënten voor alle benodigde zorg terecht kunnen. Ons gebouw is door deze stap niet alleen rendabel, maar ook kunnen we elkaar als zorgpartners versterken en bovendien is het zeer klantvriendelijk. Drie vliegen in één klap!'

### Nieuwe kansen

'In MCL Harlingen nieuwe stijl zien we veel kansen', zegt traumachirurg Joost de Graaf. 'De combinatie van een groot ziekenhuis waar grote chirurgie gebeurt met een klein behandelcentrum werkt maximaal effectief en is daardoor ideaal. Hoewel we grotere operaties niet kunnen uitvoeren, valt hier voor ons als maatschap genoeg te doen. We werken bijvoorbeeld met een nieuwe lasertechniek om spataderen te verwijderen. Dit kan onder lokale verdoving en kan dus ook prima in Harlingen plaatsvinden.'

Volgens De Graaf hebben kleine centra om een groot ziekenhuis heen de toekomst. 'Ik verwacht dat ziekenhuizen steeds meer kleine centra starten om zorg dichterbij patiënten te kunnen bieden.'

### Kort nieuws

- De directie van het MCL heeft het besluit genomen om dossiers van 15 jaar en ouder te bewaren. Dit besluit geldt in elk geval totdat er een wettelijke regeling ligt. Zolang er geen nieuwe wetgeving is, worden er geen dossiers vernietigd. Hiermee wordt afgeweken van de WGBO. Wel kunnen analoge röntgenfoto's ('fysieke' foto's) ouder dan 15 jaar vernietigd worden.
- Het dialysecentrum van het MCL krijgt opnieuw het HKZ-certificaat. Dit kwaliteitskeurmerk geldt voor alle drie locaties: het dialysecentrum in Leeuwarden en de 'satellieten' Súdthage in Heerenveen en Dialyse Meckama State in Kollum. Een visitatieteam vindt dat het centrum kwalitatief als een bovengemiddeld dialysecentrum functioneert waarbij de betrokkenheid, enthousiasme en vooral ook de dynamiek door iedereen wordt uitgestraald.
- De gynaecologen uit de vijf Friese ziekenhuizen hebben besloten hun krachten te bundelen en voortvarend aan de slag te gaan om de kindersterfte in Friesland te verminderen. De vermijdbare kindersterfte daalt in Nederland minder snel dan in de omliggende landen en is in het noorden van Nederland het hoogst.
- Hartklep vervangen via lies kan voorlopig doorgaan. Demissionair minister Klink heeft het MCL opnieuw uitstel verleend met betrekking tot de uitvoering van THI-ingrepen. Het MCL kan in ieder geval de rest van het jaar 2010 doorgaan met deze ingrepen.





## MCL start innovatieve prostaatbehandeling

Een patiëntvriendelijke manier om patiënten met een goedaardige prostaatvergroting van hun (plas) klachten af te helpen: dat kan sinds deze zomer dankzij de GreenLight Laser-behandeling. Het MCL is het eerste ziekenhuis in het Noorden dat met deze bewezen effectieve behandeling werkt. Uroloog Menuhin Lampe introduceerde de techniek in het MCL. 'Door deze behandeling is er bijna geen bloedverlies en de kans op beschadigingen is veel kleiner.'

Bijna alle mannen boven de vijftig hebben een vergrote prostaat. Deze klier, die om de plasbuis heen ligt, kan daardoor de plasbuis dichtknellen. Dit kan vervolgens tot plasklachten leiden. Het is een goedaardige vergroting, maar de klachten kunnen ernstig worden. 'Patiënten met prostaatklachten komen in Friesland vrij laat bij de uroloog terecht', zegt uroloog Menuhin Lampe. 'Ze wachten lang met een bezoek aan de huisarts. De gedachte dat plasklachten "er nu eenmaal bij horen", heerst

hier nog steeds. Maar het feit dat vrijwel iedere man hier last van krijgt, betekent niet dat je er maar mee moet leren leven en dat er niets aan kan worden gedaan. In een vroeg stadium kunnen medicatie en plas- en drinkadviezen vaak de klachten verbeteren. Maar wanneer er te lang wordt gewacht, kan de prostaat ondertussen dusdanig vergroot zijn dat een operatie nodig is.'

### Minder risico's

Met de gangbare operatietechniek wordt een deel van de prostaat van binnenuit verwijderd, zodat de doorstroming van urine door de plasbuis weer hersteld wordt. Deze klassieke ingreep leidt tot een ziekenhuisopname van een paar dagen, waarbij de patiënt blaasspoelingen moet ondergaan. De nieuwe GreenLight Laser behandeling kent veel voordelen ten opzichte van de klassieke ingreep. Lampe: 'De ingreep vindt net als bij de klassieke methode plaats onder narcose of verdoving met een ruggenprik, maar de ziekenhuisopname is korter.

### Informatiepakket prostaatkankerpatiënten

Patiënten met de diagnose prostaatkanker krijgen voortaan in het MCL en De Sionsberg Dokkum een informatiepakket – het Persoonlijk Informatie Dossier - waarmee ziekte, ziekteverloop, leefregels en behandeling nog duidelijker worden. Zorgverzekeraar De Friesland biedt patiënten daarnaast het Prostaatkanker logboek. Het doel? Patiënten kunnen dankzij de uitgebreidere informatie zelf overzicht op en regie houden over hun behandeling. De patiënt krijgt de informatie zodra de diagnose is gesteld.

Vaak hoeven patiënten maar één nacht te blijven en blaasspoelingen zijn meestal niet nodig.' Dit komt doordat het licht van de laser het weefsel van de prostaat volledig verdampt, inclusief de bloedvaten, waardoor de kans op bloedingen veel kleiner is. Daarnaast is het gebruikte instrumentarium fijner, waardoor er ook minder kans is op beschadiging van de plasbuis en/of sluitspier.

### Toename behandelingen

Lampe verwacht dat hij en zijn collega Tommy Speel ongeveer honderd patiënten per jaar met de lasertherapie kunnen behandelen. 'We behandelen tot een bepaalde grootte. Als de prostaat te groot is, kiezen we voor een andere operatiemethode. Ook dit geeft aan dat we patiënten graag eerder zien om bijtijds de juiste behandeling vast te stellen. Het wordt tijd dat we in Friesland opener over plasklachten gaan praten.'

extra

Route 8

## Centrum voor slaap- en waakstoornissen

'Wij kunnen huwelijken redden', zegt neuroloog Jan den Heijer. Hij zegt het met een lach, maar is wel degelijk serieus. Snurken en slaapapneu drijft veel partners 's nachts naar gescheiden slaapkamers. In het Centrum voor slaap- en waakstoornissen buigt een team van specialisten zich over klachten als snurken, apneu, slecht slapen, teveel slapen, bewegingsstoornissen en vermoeidheid overdag.



'Slaapproblemen worden vaak onderschat', zegt neuroloog Jan den Heijer. 'Slechts een klein deel van de patiënten wordt doorverwezen, terwijl zo'n vijftien procent van de bevolking regelmatig last van slapeloosheid. Met alle gevolgen van dien: vermoeidheid, prikkelbaarheid, slechte concentratie, problemen op het werk en slaperigheid op de weg.' Een probleem als slaapapneu – het regelmatig stoppen van de ademhaling – kan zelfs leiden tot hoge bloeddruk (hypertensie), een hartaanval of een beroerte. Ook zijn er mensen die te veel slapen. 'Aan de meeste klachten kunnen we wat doen', zegt teamleider Martje de Boer. 'Bijna alle slaapproblemen hebben een oorzaak die we kunnen aanpakken met hulpmiddelen, medicatie of een ander dag-/nachtritme; de zogenoemde slaaphygiëne.'

### De juiste tips

Soms kunnen oplossingen simpel zijn. Zoals een anti-snurk beugel, of medicatie voor rusteloze benen. Ook het aanpassen van gewoontes kan helpen. De Boer: 'Zaken als overdag te weinig bewegen en 's avonds fel licht, televisie kijken of sporten kunnen het in slaap vallen moeilijk maken. Door de juiste tips kan hierin veel verbeteren. Ook zijn er mensen die van nature meer een avond- dan een ochtendmens zijn en 's ochtends grote moeite hebben om wakker te worden. 's Ochtends in het licht van een felle lamp kijken kan het ritme wat verschuiven.' 'We kunnen veel aan de klachten doen', vult Den Heijer aan. 'Het is

daarom belangrijk dat patiënten niet onnodig lang rondlopen met deze klachten die de kwaliteit van leven heel negatief kunnen beïnvloeden.'

### Het slaapteam

In het Centrum voor slaap- en waakstoornissen werken verschillende specialisten samen in "het slaapteam". Naast neuroloog Den Heijer bestaat het team uit een KNO-arts, een longarts, een klinisch psycholoog, een kaakchirurg en een slaap-laborant. Huisartsen kunnen patiënten met klachten op het gebied van slaapapneu doorverwijzen naar de longarts, mensen met snurkproblemen naar de KNO-arts en voor overige slaapproblemen naar de neuroloog. Na een eerste gesprek met de specialist en een lichamelijk onderzoek krijgt de patiënt een vragenlijst en moet hij een dagboek over het slaap-/waakritme bijhouden. Daarna komt de patiënt bij het Centrum voor slaap- en waakstoornissen terecht. Hier bepalen de specialisten welke onderzoeken nodig zijn. Den Heijer: 'Vaak vindt eerst een registratie plaats. Patiënten krijgen sensoren op hun lichaam die 's nachts het slapen en de diepte van de slaap registreren. Om het slaap- en waakgedrag te onderzoeken kan een 24-uurs registratie plaatsvinden. Dit gebeurt in de regel thuis. Sinds kort werken we met een speciaal horloge dat door middel van een bewegingsmeter laat zien hoe een dag-/nachtritme eruit ziet.'

## Risico of niet, ken je HIV status!

Gratis HIV sneltest in de week van 29 november tot 3 december 2010.

Op 1 december is het weer Wereld AIDS Dag: een goed moment om HIV en AIDS bij (potentiële) geïnfecteerde mensen en risicogroepen onder de aandacht te brengen.

Zo'n 40% van de mensen die geïnfecteerd zijn met HIV zijn hiervan niet op te hoogte. Het gevolg is dat daardoor niet de behandeling kan worden gegeven die iemand wellicht nodig heeft. En bestaat de kans dat de behandeling te laat wordt ingezet. Het is daarom van belang dat mensen van zichzelf weten wat hun HIV status is. De test kan worden aangevraagd via de huisarts of GGD maar in de week van Wereld AIDS dag biedt het MCL iedereen anoniem en gratis een HIV sneltest aan. Via de HIV sneltest weet je binnen 20 minuten of je wel of niet besmet bent.

Via telefoonnummer 058-2861255 kan (anoniem) een afspraak voor de sneltest gemaakt worden.



# mcl

medisch centrum  
leeuwarden

MCL

Henri Dunantweg 2  
8934 AD Leeuwarden  
Telefoon: (058) 286 66 66  
www.mcl.nl

MCL Harlingen  
Zorg- en behandelcentrum  
Achlumerdijk 2  
8862 AJ Harlingen  
www.mcl.nl/harlingen  
redactie@znb.nl

## MCL breidt parkeercapaciteit uit

Het MCL gaat de parkeercapaciteit fors uitbreiden. De parkeergarage voor medewerkers achter het ziekenhuis wordt de komende maanden uitgebreid. Hierdoor komt er meer parkeerruimte beschikbaar voor patiënten en bezoekers, want nu parkeert een deel van de medewerkers de auto nog op het terrein vóór het ziekenhuis. De grenzen van de capaciteit van dit terrein komen echter nadrukkelijk in zicht. De werkzaamheden zijn inmiddels gestart. Naar verwachting zal het nieuwe deel van de parkeergarage in januari 2011 in gebruik worden genomen.

## NIEUWS

### Hoe toegankelijk is het MCL voor doven?

Met een toets door slechthorenden en doven gaat het Fries Centrum voor doven en slechthorenden (FCDS) de toegankelijkheid van het MCL voor deze bevolkingsgroep onderzoeken. Het samenwerkingsproject tussen FCDS en MCL moet leiden tot advies op maat om toegankelijkheid voor en communicatie met doven en slechthorenden in het MCL te optimaliseren. Het onderzoeksproject is door het MCL opgepakt, nadat de financiering van een provinciebreed project was mislukt. Het MCL hecht grote waarde aan optimale toegankelijkheid voor iedereen.

### Patiënten tevreden over fertiliteitspoli

Een onderzoek in 2010 onder patiënten van de fertiliteitspolikliniek in het MCL toont aan dat patiënten gemiddeld bijzonder tevreden zijn over behandeling en begeleiding. 71,4% beoordeelt de polikliniek als goed en 25% als zeer goed. Een vergelijkbaar onderzoek werd in 2006 gehouden. Ook toen scoorde het MCL al hoge cijfers; maar in 2010 haalt de fertiliteitspoli van het MCL over de hele linie een hogere score. In vergelijking met andere fertiliteitspoli's in Nederland scoort het MCL ruim boven de benchmark.



### Nieuwe specialisten in het MCL

- A M. Rasch, MDL-arts.
- B D.E.P. de Waard, cardioloog.
- C A.M. Schilder, chef de clinique reumatologie.
- D H.(Hisham) M.M. al Hashimi, cardioloog.
- E J.M. Weber, waarnemer bij de vakgroep gynaecologie.
- F R.J. Folkeringa, chef de clinique cardiologie.
- G M. Bos, neuroloog.
- H D. Vos-Van Dam, plastisch chirurg.

### Samenwerking MCL en De Tjongerschans vertraagd

De Nederlandse Mededingingsautoriteit NMA heeft besloten dat het MCL en ziekenhuis De Tjongerschans een vergunning moeten aanvragen voor het formele samenwerkingsverband dat zij voor ogen hebben. De NMA zal na het onderzoek beslissen of de concentratie wel of niet is toegestaan. Beide ziekenhuizen vinden het jammer dat door deze verplichting tot vergunningsaanvraag de samenwerking wordt vertraagd. De Tjongerschans en het MCL zijn ervan overtuigd dat het voor de toekomst van de zorg in de regio Fryslân essentieel is dat de onderlinge samenwerking wordt geïntensiveerd.

### Pijncentrum dient medicijnen toe via elektriciteit

Verschiede patiënten van het Centrum voor Pijnbehandeling in het MCL krijgen sinds 1 oktober hun medicatie via stroom toegediend. Het MCL is één van de eerste ziekenhuizen in het noorden dat iontoforese toepast. De door het apparaat opgewekte stroom 'trekt' de medicatie via ionen de huid in. De medicatie komt precies op de plaats waar het zijn werk moet doen; de kans op bijwerkingen wordt daarmee sterk verkleind. De behandeling is geschikt voor aandoeningen als dystrofie, lokale neuropathie en afwijkingen van kleine zenuwuitlopers die lastig te behandelen zijn.