

# Ijsselland

## magazine

### Leven met eczeem

Meer dan een huid-aandoening

Pagina 8

### Goede voornemens volhouden?

Zo maak je ze haalbaar!

Pagina 14

### Achter de schermen bij: de keuken

Pagina 16

ijssel land  
ziekenhuis

Patiëntenmagazine  
Uitgave 1  
2025

**gratis**  
meenemen  
mag



# Verpleeghuiszorg nu gewoon thuis.



📞 088 035 15 30

## Volledig Pakket Thuis maakt het mogelijk.

Heeft u of uw naaste voor een langere tijd zorg, verpleging of begeleiding nodig? En wilt u dat gewoon thuis ontvangen in plaats van in het verpleeghuis? Dat kan met het **Volledig Pakket Thuis (VPT)** van zorgorganisaties **Aafje** en **Aecare**.

Kijk voor meer informatie op [www.aecare.nl](http://www.aecare.nl)



**Aecare**



## PERSPECTIEF IN ZIEN

Heeft u een oogaandoening en helpt uw bril niet meer? Om toch beter te kunnen zien zijn er verschillende mogelijkheden! Samen met u kijkt Optometrist en low vision specialist **Jos van Dijk** welke dat zijn.

De zorg wordt aan huis verleend, in samenwerking met uw oogarts en kan vergoed worden uit de basisverzekering.

👁️ VEEL ERVARING IN DE (MEDISCHE) OPTIEK 📍 OP LOCATIE OF AAN HUIS 👁️ OPTOMETRISTEN & OOGARTSEN

**DIJKZICHT LOW VISION**

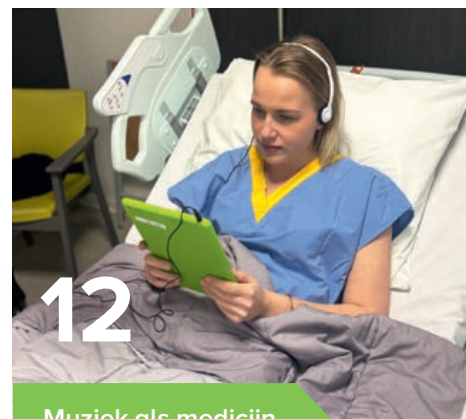
Telefoon: 06 - 837 861 52 • Mail: [info@dijk-zicht.nl](mailto:info@dijk-zicht.nl) • [www.dijk-zicht.nl](http://www.dijk-zicht.nl)



# In deze uitgave



Leven met eczeem



Muziek als medicijn



Goede voornemens

Voorwoord 5

Werken bij het IJsselland:  
betrokkenheid, groei  
en teamgeest 7

Leven met eczeem  
Een onderschatte aandoening  
met grote impact 8-9

Een avond om nooit te  
vergeten! 11

Muziek als medicijn 12

Kom naar Geboortecentrum  
IJsselland! 13

Goede voornemens volhouden?  
Zo maak je ze haalbaar! 14-15

Achter de schermen bij:  
de keuken 16-17

Samenwerking tussen Stichting  
DaDa en Stichting Vrienden van  
het IJsselland Ziekenhuis 18

Rondje kunst 19

Iets meer PiT in je carrière! 21

Uw digitale patiëntenportaal 22

'Mijn IJsselland', u kunt niet  
meer zónder! 23

Verwenweken 24

Samen doneren aan de  
Voedselbank Capelle 24

Opereren en relaxeren 25

Hier gaat het om u -  
en dat heeft u laten horen! 25

Golfdag 2025 26

Wordt u ook onze vriend? 27

Het IJsselland bij de hand:  
praktische informatie 28-29

Eenvoudig contact met  
uw arts of zorgverlener via de  
app van BeterDichtbij 30



**A.J. van Essen**  
UITVAARTZORG



*André van Essen*

**WAARDIGE EN  
BETAALBARE UITVAARTEN**

**T: 06 27 581 175**  
**www.uitvaartvanessen.nl**

## HAARUITVAL OF DUNNER WORDEND HAAR IS EEN GROOT PERSOONLIJK PROBLEEM



© Elite Hair International

**H A A R H U I S  
VAN TONGEREN**

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

Filiaal Leiden  
Breedstraat 32-36  
2311 CS Leiden  
Tel. 071 - 5125 212

Filiaal Zoetermeer  
Dijkmanschans 198  
2728 GK Zoetermeer  
(wijk 28)  
Tel. 079 - 331 2993

De gang naar een orthopedisch schoentechnicus voor veel mensen nog een moeilijke stap om te nemen. Velen hebben nog het beeld van de orthopedische schoenen van vroeger. Er is de laatste decennia echter heel wat veranderd. De cosmetiek van de schoen vinden wij net zo belangrijk als de functionaliteit. Er zal dan ook altijd geprobeerd worden om de juiste balans te vinden tussen cosmetiek en functionaliteit.

Naast orthopedische schoenen zijn er nog vele voorzieningen mogelijk. Hierbij kunt u denken aan bijvoorbeeld steunzolen, aanpassingen aan confectieschoenen en semi-orthopedische schoenen.

Wij houden ook enkele dagdelen per week spreekuur in het IJssellandziekenhuis en in de buitenpoliklinieken van het ziekenhuis in Nesselande, Kralingen en Krimpen a/d IJssel. Ook kunt u bij ons terecht in gezondheidscentrum de Polder in Lekkerkerk.



**ton Jansen**

**Orthopedische  
schoentechnieken B.V.**

[info@t-jansen.nl](mailto:info@t-jansen.nl) | [www.t-jansen.nl](http://www.t-jansen.nl)

Voor informatie of een afspraak kunt u op werkdagen contact met ons opnemen:

**Rotterdam:**

Burg. Van Walsumweg 522,  
tel. 010 - 414 90 91

**IJsselstein:**

IJsselstraat 13,  
tel. 030 - 687 27 72

# Voor al uw voet klachten

## Colofon

IJsselland magazine is een informatieblad voor patiënten en bezoekers van het IJsselland Ziekenhuis.

Het volgende IJsselland magazine verschijnt in het tweede kwartaal.

### Eindredactie

Afdeling Communicatie

### Fotografie

Johan Heutink,  
Fotostudio Rogier Bos  
& Jurgen Wielard

### Uitgeverij

BC Uitgevers bv  
Hegedyk 1  
8601 ZR Sneek

### Bladmanagement

Barbara Verschoor  
(BC Uitgevers bv)  
06 - 45 57 66 70

### Ontwerp

Chris van Diemen  
(www.takenbystorm.nl)

### Opmaak

Hannique de Jong  
(BC Uitgevers bv)

### Druk

Scholma Druk B.V., Groningen

## Adverteren?

Adverteren in het volgende nummer? Neem contact op met BC Uitgevers!

barbara@bcuitgevers.nl  
06 455 766 70

## Contact

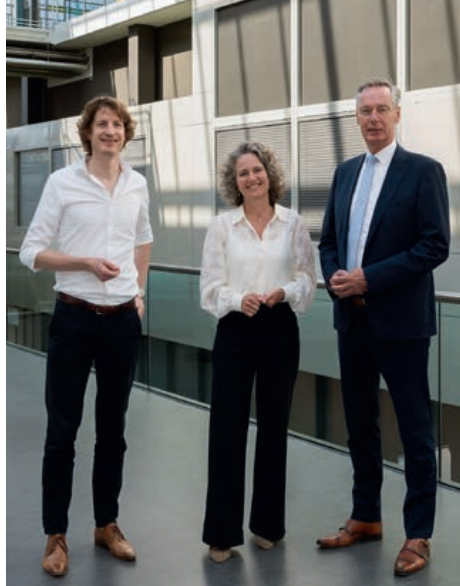
IJsselland Ziekenhuis  
Prins Constantijnweg 2  
2906 ZC Capelle aan den IJssel

### Postadres

Postbus 690  
2900 AR Capelle aan den IJssel

010 - 258 5000  
communicatie@ysl.nl  
www.yssl.nl

p-ISSN 2667-1956



# Hier gaat het om u.

## Beste lezers,

In het IJsselland Ziekenhuis draait alles om mensen. Om u. Of u nu bij ons komt voor een behandeling, op bezoek bent bij een dierbare of zich inzet als medewerker of vrijwilliger - wij willen dat u zich gezien, gehoord en goed geholpen voelt. Dat doen we door deskundige zorg te bieden, altijd dichtbij te zijn en vooral: door te doen wat nodig is.

In dit magazine nemen we u mee in verhalen die laten zien wat zorg voor ons betekent. Zo leest u over de impact van eczeem, een aandoening die vaak wordt onderschat maar iemands leven diepgaand kan beïnvloeden. Ook nemen we u mee achter de schermen bij onze keuken, waar met zorg en aandacht elke dag maaltijden worden bereid.

Daarnaast blikken we terug op een bijzondere avond: het galadiner van Stichting Vrienden van het IJsselland Ziekenhuis. Dankzij de steun van vele betrokkenen wisten we maar liefst € 82.500 op te halen. Een prachtig bedrag dat direct wordt ingezet om de zorg in ons ziekenhuis nóg beter te maken. Ook de samenwerking met Stichting DaDa helpt ons om extra voorzieningen te realiseren voor onze jongste patiënten.

Dat onze inzet wordt gewaardeerd, blijkt uit de cijfers: patiënten gaven onze zorg een 8,7. Daar zijn we trots op, maar we blijven werken aan verdere verbeteringen. Bijvoorbeeld door de inzet van de app van BeterDichtbij, waarmee u steeds makkelijker digitaal in contact kunt komen met uw zorgverlener. Zo blijven we dichtbij, ook online.

Met dit magazine hopen we u te inspireren, te informeren en misschien zelfs te verrassen. Want goede zorg is meer dan alleen medische expertise - het is aandacht, innovatie en samenwerking. En bovenal: gewoon dóen.

*Veel leesplezier!*

*Albert van Wijk, Natasja Bovee en Ruud Nellen  
Raad van Bestuur IJsselland Ziekenhuis*

## Uw mening is belangrijk

Doe mee!

Geef uw mening over ons op Zorgkaart Nederland. De website [zorgkaartnederland.nl](http://zorgkaartnederland.nl) biedt een overzicht van het zorgaanbod in Nederland en geeft u de gelegenheid zorgaanbieders te waarderen. Wij stellen het zeer op prijs wanneer u een reactie plaatst over het IJsselland Ziekenhuis op de website van Zorgkaart Nederland.

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

**Zorgkaart  
Nederland**  
[www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)



**Wij wensen u en uw  
naasten een liefdevol en  
vooral gezond 2025**



Werken  
en leren

Bij ons  
kan het

## Werken bij het IJsselland: betrokkenheid, groei en teamgeest

Fehiman werkt vijf jaar in het IJsselland. Daarvoor werkte ze als consultant in andere ziekenhuizen, van topklinisch tot regionaal. Maar ze merkte dat ze op zoek was naar een ziekenhuis met een 'thuisgevoel'. "Ik zocht naar een laagdrempelig ziekenhuis met korte lijntjes en een warme sfeer. Dat vond ik in het IJsselland."

Bevlogen vertelt ze er meer over: "Bij het IJsselland zijn we er echt voor de patiënt. De lijntjes houden we bewust kort. Samen zorgen we ervoor dat het primaire proces goed verloopt. Het voelt hier elke dag als thuiskomen. Iedereen kent elkaar! Dat zorgt echt voor een warm gevoel. Op het moment dat je door de gangen loopt, zie je een bekende en kun je gelijk iets bespreken."

Fehiman benoemt specifiek de betrokkenheid van het ziekenhuis bij de ontwikkeling van de teamleden: "Het ziekenhuis stimuleert alle medewerkers om zich te blijven ontwikkelen. Elke leidinggevende doet bijvoorbeeld mee aan het MD-project, om zo verder te leren." Zelf heeft ze ook een mooie ontwikkeling doorgemaakt: "Ik ben hier binnengekomen als DBC-adviseur, heb meegedaan met het PITprogramma, mezelf leren kennen, en ben daarna doorgegroeid naar leidinggevende van twee poliklinieken."

### Hoe ze zich verder gaat ontwikkelen de komende vijf jaar?

"Veel vliegreuen maken in mijn nieuwe functie. Daarnaast zal ik deelnemen aan verschillende projecten en daarin verder

leren. De zorg heeft veel uitdagingen. We zien allemaal dat er steeds minder mensen beschikbaar zijn. Het is tijd om anders te denken, om vernieuwingen aan te gaan. Daar heb ik ook een rol in, bijvoorbeeld door medewerkers te ondersteunen en nieuwe contacten te leggen. Dat doen we zonder uit het oog te verliezen waar we voor staan: de juiste patiëntenzorg. Alleen samen kunnen we de zorg goed en toegankelijk houden."

Als leidinggevende speelt ze een belangrijke rol in de teamdynamiek: "Ik ben ervan overtuigd dat als je als team gemotiveerd bent en goed met elkaar omgaat, je beter presteert. Een fijne sfeer binnen het team komt de patiëntenzorg ten goede. Het belangrijkste is dat we open en eerlijk met elkaar communiceren. Geen enkele vraag is te gek, iedereen mag zich hier uitspreken."

Tot slot benoemt Fehiman de gemoedelijkheid van het IJsselland: "Bij ons kun je zijn wie je bent. We zeggen altijd dat je er niet alleen voor staat, maar dat we het samen doen. Die teamgeest maakt ons sterk!"

## Bij ons kun je zijn wie je bent.

# Leven met eczeem

## Een onderschatte aandoening met grote impact

De wintermaanden zijn in volle gang. Voor sommigen betekent dit meer dan alleen kou en korte dagen. Voor mensen met eczeem is de kou namelijk een trigger voor meer klachten. Op het eerste gezicht lijkt eczeem misschien niet bedreigend: het is niet besmettelijk en je gaat er niet aan dood. Toch kan de aandoening een enorme invloed hebben op het dagelijks leven. De voortdurende jeuk en pijn, een gescheurde of geïrriteerde huid, en zichtbare plekken die blikken van anderen trekken, maken het tot een constante belasting.

### De impact op de kwaliteit van leven

Uit een groot Europees onderzoek onder bijna 1200 volwassenen met ernstig eczeem blijkt dat de aandoening het leven ingrijpend kan beïnvloeden.

Hieronder enkele belangrijke inzichten:

#### **Kwaliteit van leven**

Eczeem heeft bij 55% van de ondervraagden een groot negatief effect op hun kwaliteit van leven. Deze mensen ervaren doorlopend ongemak en beperkingen in hun dagelijkse bezigheden.

#### **Depressieve gevoelens**

Hoe ernstiger de eczeemklachten, hoe groter de kans op depressieve gevoelens. Maar liefst 50% van de ondervraagden gaf aan hier last van te hebben. Dit kan variëren van milde somberheid tot ernstige depressie.

#### **Verzuim van werk of school**

Eczeem leidt vaak tot verzuim. Meer dan de helft van de mensen met eczeem mist jaarlijks minstens één dag werk of school. Voor 26% loopt dit op tot een week, en 13% mist zelfs elf dagen of meer. Vooral mensen met ernstige klachten of



Dr. Stewart onderzoekt een veelvoorkomende eczeemplek in de elleboog van een patiënt.



een niet-optimale behandeling lopen risico op langdurig verzuim.  
*Bron: Itching for Life – Quality of Life and Costs for People with Severe Atopic Eczema in Europe (2018)*

### Aanleiding voor het eczeemspreekuur

De afdeling Dermatologie zag enkele jaren geleden dat er meer aandacht en tijd nodig was voor eczeempatiënten. Patiënten kampen met hardnekkige misverstanden, bijvoorbeeld over hormoonzalven. Daarom werd in 2019 het eczeemspreekuur gestart voor patiënten met atopisch eczeem en handeczeem om structureel betere zorg te bieden.

**Wist je dat?**  
Dit jaar vieren wij ons zesjarig jubileum van het eczeemspreekuur!



### Dokter Stewart, dermatoloog in het IJsselland Ziekenhuis vertelt:

“Er bestaan veel misverstanden over hormoonzalven, met name over bijwerkingen zoals een dunne huid of groei problemen. Deze zorgen zijn vaak onterecht en leiden ertoe dat eczeem, vooral bij kinderen niet goed wordt behandeld. Omdat eczeem erfelijk is, worden deze misverstanden over de behandeling

**De ervaring leert dat meer dan 90% van de patiënten kan met lokale zalven hun eczeem onder controle kunnen krijgen.**

vaak doorgegeven van ouder op kind, waardoor volgende generaties ook niet optimaal behandeld worden.

Tijdens het eczeemspreekuur besteden we aandacht aan:

- Het juist gebruiken van zalven;
- Het uitleggen van de oorzaken van eczeem;
- Begeleiding in het bereiken van zelfmanagement over de aandoening

De ervaring leert dat meer dan 90% van de patiënten kan met lokale zalven hun eczeem onder controle kunnen krijgen. Dit vereist wel aanpassingen in hun leefstijl en discipline bij de behandeling, maar met onze begeleiding – onder andere via de BeterDichtbij-app – is dit haalbaar. Enkele weken na het polikliniek bezoek sturen we via de BeterDichtbij-app een bericht om de patiënten weer even op weg te helpen. Tevens kunnen patiënten eenvoudig foto's sturen voor tussentijdse controles, zonder dat ze naar het ziekenhuis hoeven te komen.”

### Wat hebben we de afgelopen zes jaar bereikt?

- Nieuwe behandelmogelijkheden  
Naast conventionele behandelingen kunnen wij geavanceerde medicijnen voorschrijven die worden ingezet wanneer reguliere behandelingen onvoldoende effect hebben. Patiënten die deze medicijnen gebruiken, kunnen deelnemen aan de BioDay-studie, waarin we de effectiviteit en mogelijke bijwerkingen onderzoeken.
- Patiëntenervaringen delen  
Een van onze patiënten heeft haar ervaringen gedeeld in het tijdschrift Heel de Huid en in een radio-interview op NPO. Daarin vertelde ze over de invloed van eczeem op haar leven en dat van haar dochter.
- Nationaal eczeemproject  
Wij werken mee aan het nationale eczeemproject, dat ervoor zorgt dat zorgverleners, zoals huisartsen en apothekers, dezelfde informatie en kennis over eczeem-behandeling hebben en delen met patiënten.
- Project ‘Huid in de Klas’  
We dragen bij aan dit project, waarin basisschoolkinderen leren over de huid en huidziekten zoals eczeem. Dit vergroot begrip en vermindert stigmatisering van kinderen met huidziekten in het algemeen.
- Bijdrage aan landelijke richtlijnen  
Momenteel participeren wij met het voorzitterschap in de landelijke constitutioneel richtlijn.

### Eczeem bij kinderen: een belangrijke focus

Dokter Stewart, dermatoloog in het IJsselland Ziekenhuis vertelt over de behandeling van verschillende generaties. “Atopisch eczeem is erfelijk en kan op jonge leeftijd beginnen. De juiste behandeling bij kinderen is belangrijk om latere problemen te voorkomen. Wij starten nooit met de zwaarste zalf bij kinderen, maar kiezen zorgvuldig de meest geschikte behandeling.

Het onderzoeksteam van het ziekenhuis dat meewerkt aan de BioDay-studie.



We behandelen ook baby's met eczeem, waarbij we veel aandacht besteden aan de ouders. Zij zijn de sleutel tot een succesvolle behandeling. Door hen goed te begeleiden en verkeerde ideeën over eczeem en de behandeling weg te nemen, kunnen we ook toekomstige generaties beter beschermen tegen misverstanden over de behandeling. Tijdens ons spreekuur zien we regelmatig patiënten uit verschillende levensfasen en generaties. In elke fase bieden we hen de ondersteuning die ze nodig hebben."

#### Hoe ervaart de patiënt het eczeemspreekuur?

Anton heeft sinds zijn geboorte last van eczeem, een chronische huidaandoening op zichtbare plekken zoals zijn gezicht en handen. Als kind onderging hij diverse behandelingen, waaronder dermatologische zorg en alternatieve therapieën, maar niets hielp blijvend. Zijn ouders deden alles om hem te ondersteunen, bijvoorbeeld met pleisters om krabben te voorkomen en veranderingen in zijn dieet.

De klachten kwamen in pieken en dalen, met verergering in de winter. Hoewel het zichtbaar was, is hij nooit gepest. Wel moest hij zichzelf dagelijks verzorgen met zalven. Op zijn 24e stapte hij over op medicatie in pilvorm, wat zijn leven verbeterde. Toch blijft eczeem aanwezig, met controle-afspraken en afbouw-pogingen van de pillen die moeilijk blijken.

Kou en stress kunnen de klachten nog verergeren, maar Anton blijft nuchter. Hij benadrukt het belang van discipline bij het gebruik van zalven en vertrouwen in jezelf. Zijn advies: blijf volhouden, er zijn altijd mogelijkheden voor verlichting.

*Anton is niet de echte naam van de patiënt*

## Eczeem is meer dan een huidprobleem.

Eczeem is meer dan een huidprobleem. Het is een aandoening met een grote impact, maar met de juiste zorg en begeleiding is het mogelijk om klachten te beheersen en de kwaliteit van leven te verbeteren.

# Een avond om nooit te vergeten!

Wat een avond! Het galadiner was een groot succes! We kijken terug op een gezellige avond met heerlijk eten, leuke artiesten en vooral een fantastische sfeer.

Dankzij de aanwezigen is er een netto bedrag van maar liefst €82.500 opgehaald! In 2025 kunnen we met deze opbrengst opnieuw prachtige projecten realiseren die bijdragen aan het welzijn van onze patiënten.

Gemist? Goed nieuws! Op dinsdag 8 april vindt het ondernemersontbijt plaats in het ziekenhuis. En op 15 mei de golfdag. Allebei mooie gelegenheden om te netwerken met andere ondernemers in de regio.

Kijk op [www.vriendenijsselland.nl](http://www.vriendenijsselland.nl) voor meer info!



Een  
groot  
succes!



# Muziek als medicijn

Vanaf maandag 4 november is het project 'Muziek als Medicijn' gestart in ons ziekenhuis! Met dit project willen we patiënten laten ervaren hoe muziek kan helpen bij het herstel rondom een operatie. Muziek kan niet alleen ontspanning bieden, maar ook angst en pijn verminderen

**Muziek kan helpen om u beter te voelen.**



Steeds meer onderzoeken tonen aan dat muziek niet alleen ontspanning biedt, maar ook een therapeutisch middel kan zijn in de medische zorg. Voor patiënten die een operatie ondergaan, biedt muziek bijvoorbeeld voordelen bij de voorbereiding, tijdens de ingreep en in het herstelproces.

## Muziek helpt bij angst, stress en pijn

Veel mensen ervaren spanning en angst bij een ziekenhuisopname of operatie. Dit kan invloed hebben op hoe u zich voelt en zelfs hoeveel pijn u ervaart. Onderzoek heeft uitgewezen dat muziek hier echt verschil in kan maken. Door naar muziek te luisteren die u zelf fijn vindt, kunt u angst verminderen en voelt u zich rustiger, zowel voor als na een operatie.

Daarnaast helpt muziek bij het verminderen van het stresshormoon cortisol. Na een operatie kan langdurige stress de bloeddruk verhogen en negatieve effecten hebben op het hart- en vaatstelsel. Door naar muziek te luisteren, produceert het lichaam minder cortisol, wat helpt om de stressreactie te verlagen.

## Verbeterde slaapkwaliteit

Slaap is cruciaal voor herstel, maar in een ziekenhuisomgeving hebben patiënten hier vaak moeite mee. Muziek kan ook hierbij ondersteuning bieden. Voldoende slaap bevordert een goede gezondheid en versnelt het herstel.

Een ander belangrijk voordeel van muziek is het effect op het voorkomen van delier, een plotselinge verwardheid die bij sommige patiënten na een operatie kan optreden. Muziek kan helpen om deze complicatie te voorkomen, wat de veiligheid en het welzijn van patiënten bevordert.

## Muziek luisteren in het ziekenhuis

In het IJsselland Ziekenhuis is de 'Muziek als Medicijn'-app beschikbaar op tablets die patiënten kunnen gebruiken. Deze app biedt een selectie van rustgevende muziek die specifiek is afgestemd op gebruik tijdens de verschillende fasen rondom een operatie. Voor patiënten die liever naar de radio luisteren, is er ook een optie om een radiozender te kiezen.

Het is aanbevolen om muziek met een rustiger tempo en gematigd volume te kiezen. Muzieksoorten met hevige ritmewisselingen of een hoog volume, zoals hard rock of heavy metal, worden afgeraden om de rustgevende effecten niet teniet te doen.

## Een eenvoudige stap naar beter herstel

Door naar muziek te luisteren, kunt u zelf bijdragen aan een fijner en comfortabeler herstel. Of u nu ontspanning zoekt voor een operatie, wilt afleiding tijdens je behandeling of simpelweg een moment van rust wil: muziek kan helpen om u beter te voelen.



## Kom naar Geboortecentrum IJsselland!

Zoek je een mooie en veilige omgeving voor je bevalling? Dan ben je in het Geboortecentrum IJsselland van harte welkom!

### Wat biedt Geboortecentrum IJsselland?

Ons Geboortecentrum heeft ruim opgezette verloskamers met een eigen open badkamer, een bedbank voor de partner en een iPad waarop je je eigen muziek of filmpje kunt afspelen.

Het verlosbed en het draadloos CTG bieden mogelijkheid om de weeën in verschillende houdingen op te vangen, zelfs onder de douche. Mocht dit niet voldoende zijn, dan is er 24 uur per dag mogelijkheid tot pijnstilling. Een bijzondere vorm van pijnstilling is hypnobirthing. Dit is een methode waarvan het wetenschappelijk bewezen is dat het zorgt voor minder pijn, meer controle én een positiever terugblik op de bevalling.

Er is één verloskamer met bad. Als deze vrij is kun je in bad bevallen bij een poliklinische bevalling met je eigen verloskundige.

Na de bevalling verhuizen jullie naar de kraam- of couveusesuite, waar jullie als ouders te allen tijde bij jullie kind kunnen blijven.



'Het is heel erg mooi en modern allemaal, echt prachtig. Het geeft echt een hotelgevoel. Fijn om in zo'n omgeving te bevallen en de eerste momenten met ons kindje door te brengen.'

HypnoBirthing

Draadloos hartfilmpje

**Altijd samen met je baby**

Lachgas

24/7 partner welkom

Badbevalling

Morfinepompje



Ruggenprik

BirthVR

Gezinsuite

Hartfilmpje thuis

**24/7 pijnstilling**

Couveusesuite

**Begeleiding op maat**

Spreekuur angstige zwangeren

Kleinschalig



# Goede voornemens volhouden? Zo maak je ze haalbaar!

Het nieuwe jaar is een perfect moment om te werken aan een gezonde levensstijl. Maar wat betekent dat precies? En hoe maakt u het haalbaar, vooral in een druk leven? Diëtisten Fabienne en Linda en fysiotherapeut Sjoerd delen hun inzichten en geven ze praktische tips.

## Wat is een gezonde levensstijl?

Een gezonde levensstijl betekent balans: goede voeding, voldoende beweging en voldoende rust. Het gaat om bewuste keuzes die u dagelijks maakt. Volgens onze specialisten hoort hierbij:

- **Voeding:** drie gevarieerde maaltijden per dag met veel plantaardige producten, vezels, gezonde vetten, eiwitten en voldoende vocht.
- **Beweging:** minimaal 30 minuten matige lichaamsbeweging per dag, zoals wandelen of fietsen. Daarnaast 2 keer per week spier- en botversterkende oefeningen.
- **Rust:** 7 tot 9 uur slaap per nacht, gecombineerd met momenten van ontspanning zoals wandelen, lezen of meditatie.

## Voeding: de sleutel tot gezondheid

Gezonde voeding speelt een cruciale rol bij het voorkomen van chronische ziekten zoals diabetes type 2 en hart- en vaatziekten. Onze diëtisten benadrukken het belang van:

- Vezels (voor de spijsvertering),
- Eiwitten (voor spierherstel),
- Gezonde vetten zoals omega-3 (voor hart en hersenen), en
- Vitamine D (voor sterke botten en een goed immuunsysteem).

Veel mensen maken onbewust fouten, zoals te vaak grijpen naar bewerkte voeding met veel suiker en zout. Een simpele oplossing? Plan uw maaltijden, kies gezonde snacks en bereid eten van tevoren.

### **Beweging: voor lichaam en geest**

Beweging is onmisbaar voor een vitaal leven. Het vermindert de kans op chronische aandoeningen, versterkt spieren en botten en heeft een positief effect op je mentale gezondheid. Fysiotherapeut Sjoerd geeft de tip om klein te beginnen, bijvoorbeeld met een dagelijkse wandeling of traplopen in plaats van de lift.

Voor ouderen zijn oefeningen zoals tai chi, wandelen of balansoefeningen belangrijk om valgevaar te verminderen. Heeft u fysieke beperkingen? Zwemmen of aangepaste oefeningen met begeleiding van een fysiotherapeut zijn goede opties.

### **Kleine stappen, groot resultaat**

Een gezonde levensstijl hoeft niet ingewikkeld te zijn. Hier zijn enkele eenvoudige tips:

- Begin de dag met een glas water.
- Voeg meer groenten toe aan je maaltijden.
- Plan korte wandelingen gedurende de dag.
- Gebruik hulpmiddelen zoals een stappenteller of gezondheidsapp.

Deze kleine veranderingen zijn makkelijk vol te houden en dragen bij aan een gezondere toekomst.

### **Het belang van begeleiding**

Begeleiding door professionals, zoals een diëtist of fysiotherapeut, kan u helpen gezonde gewoontes vol te houden. Zij bieden persoonlijke ondersteuning, stellen haalbare doelen en motiveren om door te gaan.

## **Beweging is onmisbaar voor een vitaal leven. Het vermindert de kans op chronische aandoeningen, versterkt spieren en botten en heeft een positief effect op je mentale gezondheid.**

### **Een multidisciplinaire aanpak**

Onze fysiotherapeuten en diëtisten werken samen om u zo goed mogelijk te ondersteunen. Een fysiotherapeut helpt u om een veilige en effectieve bewegingsroutine te ontwikkelen, terwijl een diëtist uw voedingspatroon aanpast aan uw persoonlijke doelen. Samen zorgen zij voor een aanpak die bij u past.

## **Kies voor vitaliteit in 2025**

Een gezonde levensstijl draagt bij aan meer energie, minder stress en een lager risico op ziekten. Maak 2025 het jaar waarin u kiest voor vitaliteit. Begin klein, blijf consistent, en vraag hulp waar nodig.



# Achter de schermen bij:



De patiënten in het ziekenhuis kunnen elke dag een verse maaltijd uitkiezen van het menu. Vandaag krijgen we een uniek kijkje achter de schermen met chef-kok Fred. Met maar liefst 33 jaar ervaring en een flinke dosis passie, zorgt Fred zo'n vijf dagen per week dat de patiënten een smakelijke maaltijd krijgen. En ja, dat betekent soms ook weekenddiensten, want honger houdt zich niet aan kantoortijden.

## De hoofdingang

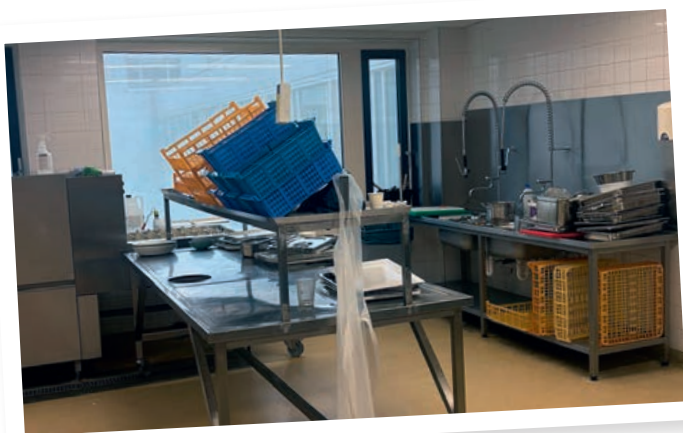
We beginnen bij de hoofdingang. Die zit een beetje verstopt tegenover het personeelsrestaurant. De keuken kun je alleen betreden met een pasje. Geen pasje? Geen entree. Sorry!

Manuela en Abdel zijn ondertussen druk bezig om de maaltijden voor het personeel voor te bereiden in het personeelsrestaurant.



## De spoelkeuken

Linksaf slaan en je belandt in de spoelkeuken. Hier wordt alles schoongemaakt. Hier zorgen de medewerkers dat elk bord blinkt als een spiegel. Het grove vuil wordt eerst afgespoeld, daarna gaat de vaat in de machine.



## De koude kant van de keuken

Nee, dit is niet de plek waar je schoonfamilie zit te mopperen tijdens de feestdagen. De 'koude kant' is waar de salades, yoghurt en andere koude gerechten worden bereid. Vandaag staat er onder andere sinaasappelcake, stracciatellacake en appelcake op het menu. De geur alleen al maakt het moeilijk om niet even stiekem te proeven.



## Wist je dat?

Niet alleen de opgenomen patiënten profiteren van dit menu, ook de patiënten bij de Leliezorggroepafdeling schuiven aan.



# de keuken

Dank aan Fred voor het kijkje achter de schermen en de smakelijke verhalen

## Menu en eiwitten

Patiënten kiezen dagelijks hun maaltijd, waaronder het hoofd- en nagerecht. Naast elk gerecht staan de eiwitgrammen vermeld. Eiwitten zijn belangrijk voor herstel. Ziek zijn kost energie, en extra eiwitten helpen het lichaam sneller op de been. Het keukenpersoneel zorgt dat deze voedingswaarden kloppen tot op de gram nauwkeurig.

## De Flexichef: keukenhulp van de toekomst

Maak kennis met de Flexichef. Heel modern, aldus Fred. Dit wonderapparaat kan koken, braden, stomen en drukkoken. Een beetje de Rolls-Royce onder de keukenapparaten dus.

## De au bain-marie wagen

Om het eten warm te houden, wordt het in een au bain-marie wagen geplaatst. Fred omschrijft het als "bloedheet" en vraagt vriendelijk of ik m'n hand erin wil steken om te voelen hoe heet het is. Ik sla even over :).



## A la carte

Wij zijn een van de weinige ziekenhuizen Nederland dat werkt met een à la carte systeem. Waar vroeger negen mensen nodig waren om maaltijden van een lopende band te scheppen, doen nu drie mensen hetzelfde werk. Efficiëntie ten top! Gemiddeld worden er zo'n 200 maaltijden per dag bereid en in slechts 45 minuten uitgeserveerd aan de voedingsassistentes.



## Tijd om uit te scheppen

Om 16.30 uur begint het uitscheppen. Elk gerecht wordt met zorg op een wit bord geplaatst, met een verwarmd onderbord om het eten warm te houden. De voedingsassistenten nemen de borden in ontvangst en om 16.45 uur genieten de eerste patiënten van hun maaltijd. Eet smakelijk!



## Favoriete gerecht?

En wat is nou het favoriete gerecht? "Het typische AVG-tje (aardappelen, vlees, groente) is erg populair," zegt Fred. "Dat komt waarschijnlijk ook omdat veel patiënten dat kennen. Niemand zou er blij van worden als er kikkerbilen op het menu zouden staan,X" grapt hij.

## Weggoien is zonde

Dankzij het à la carte systeem wordt voedselverspilling zo veel mogelijk beperkt. Alles wordt nauwkeurig genoteerd en gewogen. Zelfs de afwas helpt mee. Als een patiënt zijn of haar bordje niet leeg heeft gegeten, maken de keuken medewerkers met een speciaal apparaat foto's van het bord. Dit apparaat berekent tot op de gram wat er is teruggekomen. Zo weten ze voor de volgende keer precies wat er overblijft en kunnen ze de porties en bereidingen hierop aanpassen.

Achter elke maaltijd in het ziekenhuis zit een team dat met liefde, precisie en een vleugje humor met elkaar samenwerkt. Het team zorgt ervoor dat patiënten niet alleen eten krijgen, maar ook een momentje van plezier en comfort. Want goed eten is, zelfs in het ziekenhuis, een klein stukje geluk.



# Samenwerking tussen Stichting DaDa en Stichting Vrienden van het IJsselland Ziekenhuis

In samenwerking met de Stichting Vrienden van het IJsselland Ziekenhuis heeft Stichting DaDa al veel mooie projecten gerealiseerd, die bijdragen aan een kindvriendelijker en prettiger verblijf voor jonge patiënten. Al meer dan 20 jaar zet de stichting zich in voor kinderen in ziekenhuizen en zorginstellingen die extra zorg en voorzieningen nodig hebben.

## Het ontstaan van Stichting DaDa

Stichting DaDa werd opgericht door André van Duivenbode, geïnspireerd door de ervaringen met zijn zoon Tim, die in 1998 werd geboren met het syndroom van Down. Tim bracht in zijn eerste levensjaar meer dan 125 dagen door in verschillende ziekenhuizen, waaronder het IJsselland Ziekenhuis. Helaas overleed hij op 15 februari 2001.

alleen de zorg, maar ook de omgeving waarin kinderen herstellen, steeds beter afgestemd op hun behoeften. Met deze projecten brengen beide stichtingen meer warmte, kleur en kindvriendelijkheid in de zorg, precies zoals André van Duivenbode dat voor ogen had.

Van Duivenbode deelt wat hem destijds opviel: *“De basis medische zorg is goed geregeld en de medici werken met passie en vanuit hun hart. Maar de kindvriendelijkheid binnen ziekenhuizen liet destijds te wensen over. Ik zag dat medici wel kwaliteit wilden leveren, maar simpelweg niet de financiële middelen hadden om dit te realiseren. Dat heeft me geïnspireerd om hier ooit iets aan te doen.”*

## Samenwerking met het IJsselland Ziekenhuis

De samenwerking tussen Stichting DaDa en Stichting Vrienden van het IJsselland Ziekenhuis heeft geleid tot verschillende initiatieven die het verblijf van kinderen in het ziekenhuis aangenamer maken. Enkele voorbeelden van gerealiseerde projecten zijn:

- **Speeltoren op het spoedplein:** Een vrolijke toevoeging die kinderen afleidt tijdens het wachten.
- **Knuffels voor de kinderafdeling:** Een klein gebaar met een grote impact om kinderen te troosten en gerust te stellen.
- **Qwiek-up op de kindertraumakamer van de SEH:** Een innovatieve oplossing die zorgt voor ontspanning en afleiding tijdens medische behandelingen.
- **Cadeautjes voor 5 december:** Een feestelijke verrassing voor kinderen die tijdens de feestdagen in het ziekenhuis verblijven.

## Samen sterker voor kindvriendelijke zorg

Stichting DaDa en Stichting Vrienden van het IJsselland Ziekenhuis laten zien hoe maatschappelijke betrokkenheid en samenwerking een groot verschil kunnen maken. Dankzij deze initiatieven wordt niet



# Rondje kunst

Een opletende voorbijganger is het misschien al opgevallen, er hangt daadwerkelijk een boom in de hal! Deze boom is één van de 4 kunstwerken die onderdeel zijn van het project Kunst in het Atrium, een samenwerking tussen de Willem de Kooning Academie en het IJsselland Ziekenhuis. Met deze samenwerking wil het IJsselland Ziekenhuis haar maatschappelijke betrokkenheid tonen door jonge, nog niet gevestigde kunstenaars een kans te geven. Door de jury is een selectie gemaakt uit een aantal kunstwerken van deze jonge, startende kunstenaars, die zijn aangedragen door de Willem de Kooning Academie. **Een ommetje kunst, laat je verrassen!**

**Lees verder voor de verhalen achter de kunstwerken.**

- **Breathing Tree**, *Werner van der Zwan*
- De Breathing Tree legt de relatie tussen de vorm en vertakkingen van de boom en de bronchiën en bronchiolen van de longen. "Ik probeer de boom te verbinden met wat de boom ons brengt, adem. Het sculptuur staat symbool voor hoe de boom en mens in ecologische zin intiem met elkaar verbonden zijn. Fotosynthese in de bladeren van de bomen zorgt voor de zuurstof die wij inademen en nodig hebben voor verbranding in onze cellen. Daarna ademen wij ook weer uit wat de boom nodig heeft, koolstofdioxide." Aldus van der Zwan.

- **Monique**, *Jamie Kane*
- Monique Bourgeois werd geboren in Fontainebleau, Frankrijk in 1921. In 1942, nadat ze had gereageerd op een advertentie, ontmoet ze de kunstenaar Henri Matisse en wordt zijn nachtzuster. Naast het verplegen van Henri poseerde Monique voor verschillende tekeningen en schilderijen en hielp ze bij de creatie van zijn nu beroemde 'knipwerk'-serie. Zijn laatste werk, de Dominicaanse kapel in Vence, zou niet mogelijk zijn geweest zonder de hulp en steun van Monique. Het kunstwerk vertelt het verhaal van het effect dat mooie objecten heeft op zieke.



- **Hemellichaam**, *Lieke Muis van der Meer*
- Dit kunstwerk komt pas echt tot z'n recht in het donker. Het glazen plafond verandert dan in een spiegel wat de lichtpunten als hemelsterren weerkaatst. Jouw zicht op Hemellichaam is afhankelijk van jouw positie in het Atrium. Soms zie je veel lichtpunten en soms niet. De sterren bewegen mee met jouw beweging door de ruimte heen. De buizen in de installatie zijn gemaakt van koper. Koper is namelijk de stof die wordt gevormd als sterren in de ruimte exploderen. De rode gloed van het koper geeft een mooi contrast met het witte geraamte van de constructie van het Atrium.

- **Gloed**, *Zalán Szakács*
- Gloed is een locatiespecifiek kunstwerk dat een wisselwerking heeft met de architectonische structuur van het Atrium. Doordat de zon door de rood/gele vlakken straalt, vormt dit een warme en uitnodigende sfeer. Gloed is een eigentijdse bewerking van het traditionele glas-in-lood glas technologie.

**De financiering van de kunstwerken is medemogelijk gemaakt door**

- Van Cappellen Stichting
- Stichting Droom en Daad
- Stichting Vrienden van het IJsselland Ziekenhuis



Extra  
onder-  
steuning  
thuis

  
**ZORGMATJE** AAN  
HUIS  
NEDERLAND

*Een Zorgmaatje aan Huis maakt het leven prettiger!*



Hulp bij  
huishoudelijke  
taken



Ondersteuning  
bij het koken



Hulp bij  
boodschappen



Gezelligheid  
(winkelen, museum,  
spelletjes)



Een fijne  
wandeling



Begeleiding  
naar afspraken  
(ziekenhuis, kapper)

Benieuwd naar de mogelijkheden?

Wij helpen je graag verder! Je kunt ons bereiken via:

📞 06-13 85 50 99 ✉️ Rotterdam-oost@zma.nl

🌐 [www.zorgmaatjeaanhuis.nl](http://www.zorgmaatjeaanhuis.nl)

# Oogziekten zie je niet aankomen

Steun het

# Oogfonds



**transmitt**  
revalidatie

## Revalideren na een ziekenhuisopname?

Dat doet u bij Transmitt revalidatie! Wij zijn gespecialiseerd in neurologische revalidatiezorg. U kunt bij ons terecht wanneer u revalidatie nodig heeft na een beroerte, ongeval of chirurgische ingreep.

### Wat bieden wij:

- » Gericht op terugkeer naar huis
- » Revalidatie met ondersteuning van speciaal opgeleide medewerkers
- » Ruime 1 persoonskamers met eigen sanitair
- » Verse maaltijden en sfeervolle brasserie
- » In de lommerrijke omgeving van Hillegersberg



Transmitt revalidatie  
Van Beethovenlaan 60  
3055 JD Rotterdam

[www.transmitt.nl](http://www.transmitt.nl)  
[revalidatie@transmitt.nl](mailto:revalidatie@transmitt.nl)  
088 - 023 47 34

# Meer PiT in je carrière!

Bij het IJsselland Ziekenhuis geloven we in groei en ontwikkeling, en het PiT-programma (Programma intern Talent) speelt daarin een belangrijke rol. Dit professionele interne programma legt de focus op persoonlijk leiderschap en biedt medewerkers de kans om zowel op persoonlijk als professioneel vlak grote stappen te zetten. Madawi Mahesh, Kwaliteitsfunctionaris op het Algemeen Klinisch Laboratorium (AKL), deelt haar inspirerende ervaringen met PiT.

Madawi werkt al bijna zeven jaar bij het AKL. Ze begon haar carrière in 2017 als allround dienstdoend analist en ontwikkelde zich tot gespecialiseerd analist Chemie en Urinelab. Sinds twee jaar vervult ze met veel plezier de rol van kwaliteitsfunctionaris.

## Waarom koos je voor PiT??

“De coaching en de competenties die in PiT aan bod komen, sloten perfect aan bij de ontwikkelvragen waar ik mee zat,” vertelt Madawi. “Het programma heeft me geholpen te ontdekken wie ik echt ben en wat ik wil, zonder beïnvloeding van anderen.”

## Professionele én persoonlijke groei

PiT bleek Madawi meer te bieden dan alleen professionele ontwikkeling. “Tijdens PiT ging ik terug naar de basis: wie ben ik, waar kom ik vandaan, en wat wil ik echt? Deze inzichten gaven mij de moed om stappen buiten mijn comfortzone te zetten, zowel privé als professioneel. Dankzij PiT durfde ik eindelijk de sprong te wagen en solliciteerde ik succesvol naar mijn huidige functie.”

## Wat PiT bijzonder maakt

Madawi benadrukt de veilige omgeving die PiT biedt. “Het is een plek waar je moeilijke situaties kunt oefenen en leert hoe je grenzen bewaakt en feedback geeft. Dit haalt de spanning weg bij lastige gesprekken en geeft je zelfvertrouwen.” Een van de belangrijkste lessen die Madawi heeft geleerd, is inzicht in haar drijfveren en valkuilen. “Ik begrijp nu beter hoe ik mijn communicatie kan aanpassen aan mijn gesprekspartner en hoe belangrijk het is om los te laten en vooruit te kijken.”



## Advies aan toekomstige deelnemers

Madawi moedigt collega's aan om deel te nemen. “PiT doe je samen! Het programma biedt niet alleen verbinding met jezelf, maar ook met anderen. Wees open en stel je kwetsbaar op; dan haal je er het meeste uit.”

## Behoeftte aan meer PiT?

Ben jij een medewerker van het IJsselland Ziekenhuis en geïnteresseerd in PiT? Houd het intranet in de gaten voor de nieuwe aanmeldronde. Durf jij de sprong te wagen, net als Madawi?

**PiT helpt je groeien - samen én met jezelf.**

## Tijdens PiT ging ik terug naar de basis: wie ben ik, waar kom ik vandaan, en wat wil ik echt?



Foto: freepress

# Uw digitale patiëntenportaal

**Inloggen op Mijn IJsselland**  
De toegang tot uw eigen gegevens en afspraken

- 1. Ga naar [www.ysl.nl](http://www.ysl.nl)**
- 2. Klik op [Mijn IJsselland](#)**
- 3. Log in met DigiD+sms-controle of DigiD app**
- 4. Ontdek Mijn IJsselland**  
De toegang tot uw eigen gegevens, afspraken, dossier en vragenlijsten

Hier gaat het om u.

**Hulp nodig?** Dan kunt u terecht bij afdeling Patiëntenvoorlichting, hal ziekenhuis.  
T 010 258 5137

**Wilt u de aanmeldzuilen liever overslaan? Dat kan als u online incheckt voor uw afspraak via Mijn IJsselland!**

*Bent u volledig ingeschreven?*

Dan ziet u 24 uur vóór uw afspraak een knop op de homepage van uw portaal waarmee u online kunt inchecken voor uw afspraak.

#### Nieuwe meldingen

**Check online in**  
U heeft vandaag of morgen een afspraak bij de zorginstelling. U kunt voor uw afspraak online inchecken. [Inchecken](#)

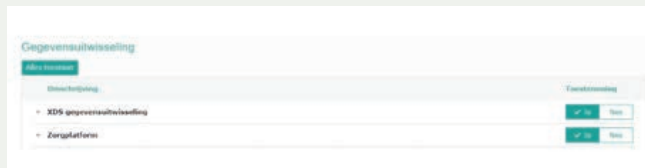
Daarna ontvangt u per mail een QR-code. Hiermee kunt u zich direct aanmelden bij de decentrale zuil op de polikliniek waar u een afspraak heeft. De zuil in de centrale hal kunt u dan overslaan.

**Uw dossier als print opvragen? Dat is meestal niet meer nodig!**

➤ Geef in Mijn IJsselland toestemming voor het digitaal uitwisselen van uw medische gegevens en beeldmateriaal. Dan regelen wij de overdracht digitaal voor u.

## Wij regelen de overdracht digitaal voor u.

- Ga naar Mijn gegevens > Mijn toestemmingen > zet de vakjes XDS gegevensuitwisseling en Zorgplatform op 'JA'.



- Neem daarna contact op met Patiëntenvoorlichting en laat ons weten wie uw dossier en/of beeldmateriaal wil inzien. Digitaal veilig & snel geregeld én beter voor ons milieu.

### Heeft u onze hulp wel nodig?

Kijk eerst even in Mijn IJsselland bij **Dossier > Uitslagen** en/of **Dossier > Brieven**. Misschien vindt u hier al wat u nodig heeft.

## Digitaal veilig & snel geregeld én beter voor ons milieu.

### Handige weetjes

- Brieven aan uw huisarts zijn direct in te zien, net als uw bloed- en labuitslagen.
- Is het onderzoek door uw **huisarts** aangevraagd en komt u naar ons lab voor de afname? Dan toont de uitslag **NIET** in Mijn IJsselland, **WEL** in uw huisartsportaal.
- Bloedonderzoek uitgevoerd bij **andere laboratoria** (bijvoorbeeld STAR) toont Mijn IJsselland **NIET**.

### Uw zorgportaal.....

- Uw **afspraken, operaties en opnames** staan apart vermeld.



- Heeft u een **belafpraak**? Weet dan dat uw arts u niet op het tijdstip belt dat bij uw afspraak vermeld staat. U wordt in de ochtend tussen 8.30 -12.30 uur gebeld of in de middag tussen 13.00 - 17.30 uur.

# Patiënt in ons ziekenhuis? 'Mijn IJsselland', u kunt niet meer zónder!

Bent u patiënt van ons ziekenhuis? Of is uw kind patiënt in ons ziekenhuis? Dan is het belangrijk dat u toegang heeft tot 'Mijn IJsselland'!

### Waarom is dit zo belangrijk?

In 'Mijn IJsselland' kunt u:

1. Al uw afspraken bekijken.
2. Alle brieven lezen die we aan uw huisarts sturen om hem/haar op de hoogte te houden.
3. Uitslagen van onderzoeken bekijken.

### Wat heeft u daarvoor nodig?

1. Een DigiD
2. Een 06-nummer dat gekoppeld is aan uw DigiD.

### Hoe regelt u dat?

Via de website van de overheid: [www.digid.nl](http://www.digid.nl).

Op deze website kunt u:

1. een DigiD aanvragen (voor uzelf of voor uw kind)
2. aangeven welk 06-nummer aan uw DigiD gekoppeld moet worden.

Pas als beide geregeld én geactiveerd zijn, bent u startklaar.

### Inloggen via DigiD-machtiging in Mijn IJsselland nu mogelijk

Bent u mantelzorg, verzorger, ouder of een andere vertrouwenspersoon? Dan kunt u via DigiD gemachtigd worden om namens de betreffende persoon in te loggen.

#### Hoe werkt dit?

Stel, u wilt inloggen in Mijn IJsselland namens uw vader:

- Uw vader machtigt u via [machtigen.digid.nl](http://machtigen.digid.nl) voor zijn DigiD.
- U vraagt zelf via [machtigen.digid.nl](http://machtigen.digid.nl) een machtiging aan om toegang te krijgen tot Mijn IJsselland van uw vader.

Zodra de machtiging is goedgekeurd, kunt u inloggen op het account van uw vader in Mijn IJsselland door op 'DigiD Machtigen' te klikken. U wordt dan doorgestuurd naar de website van DigiD om in te loggen met de verkregen machtiging.

Voor hulp en vragen kunt u contact opnemen met de patiëntenvoorlichting. Telefonisch bereikbaar op **010 258 5137** (maandag t/m donderdag van 09.30 tot 16.30 uur) of per e-mail via [patientenvoorlichting@ysl.nl](mailto:patientenvoorlichting@ysl.nl).



## Verwenweken

In 2024 zijn alle verwenweken weer volbracht. Het verwenteam heeft weer verschillende patiënten op de verpleegafdelingen in de watten mogen leggen. De patiënten zijn heerlijk verwend met een voet- of rugmassage. Deze extra aandacht wordt door de patiënten enorm gewaardeerd, en voor ons zijn de reacties van de patiënten weer hele mooie cadeautjes!

In 2025 staan weer 4 nieuwe verwenweken ingepland.

Wist je dat?  
Elke gedoneerde euro aan de voedselbank levert twaalf euro aan maatschappelijke waarde op (Deloitte, 2023)

## VOEDSELBANK

# Samen doneren aan de Voedselbank Capelle

Tijdens de feestdagen willen wij graag een verschil maken voor mensen die het moeilijk hebben. Als ziekenhuis organiseren wij een inzamelingsactie voor de Voedselbank om bij te dragen aan een warme feestperiode voor iedereen.

Onze medewerkers doneren houdbare producten zoals pasta, soep, ontbijtgranen en hygiëneproducten. Hiermee hopen we een klein lichtpuntje te brengen in het leven van mensen die het hard nodig hebben.

Met de hulp van de Voedselbank zorgen we ervoor dat de ingezamelde producten terechtkomen bij gezinnen die in armoede leven. Een mooi initiatief dat mogelijk wordt gemaakt door de Stichting Vrienden van het IJsselland Ziekenhuis.





# Opereren en relaxeren

Dankzij het initiatief van de medewerkers van de OK hebben we nu een eigen Beweeg- & Ontspanningshoek op de OK! Een plek waar teamleden na een lange operatie even kunnen ontspannen met een rek-, strek- of yogaoefening. Het draait niet alleen om zorg voor patiënten, maar ook om zorg voor elkaar.

De beweeg- & ontspanningshoek is een mooi voorbeeld van hoe initiatieven op de werkvloer kunnen bijdragen aan een positieve werkomgeving.

**Benieuwd hoe dit tot stand is gekomen?**  
**Check de nieuwsberichten op [ysl.nl](https://www.usl.nl).**  
**Werken en ontspannen? Bij ons kan het!**



## Hier gaat het om u - en dat heeft u laten horen!

PATIËNTTEVREDENHEID

In 2024 hebben we ons opnieuw volop ingezet om onze patiënten de best mogelijke zorg te bieden, en dat is beloofd. Dit jaar behaalden we een mooie gemiddelde score van 8,7 op het patiënttevredenheidsonderzoek.

8,7



In het ziekenhuis werken we volgens ons motto: 'Hier gaat het om u.' De resultaten laten zien dat onze patiënten zich gehoord, goed geïnformeerd en ondersteund voelen. Dit geeft ons de motivatie om met dezelfde betrokkenheid door te gaan en onze zorg verder te versterken.

Dank aan iedereen die hieraan heeft bijgedragen!

STICHTING  
VRIENDEN  
VAN  HET  
IJSELLAND  
ZIEKENHUIS

# GOLFDAG 2025

ZET JE SWING IN VOOR EEN GOED DOEL:  
SAMEN MAKEN WE HET VERSCHIL



15 mei 2025



Golfclub Capelle, Gravenweg 311

€ 1.200,- per flight (max 4 p.)

€ 300,- Golfclinicvp.p. incl. Trackman  
Driving Range

Programma:

11.30 uur: ontvangst met koffie en thee

12.00 uur: heerlijke lunch

13.00 uur: start golfwedstrijd

incl. hapje en drankje in de baan

17.00 uur: borrel met aansluitend het diner

De opbrengst van deze dag gaat volledig naar de inrichting van wachtkamer van onze kinderpoli

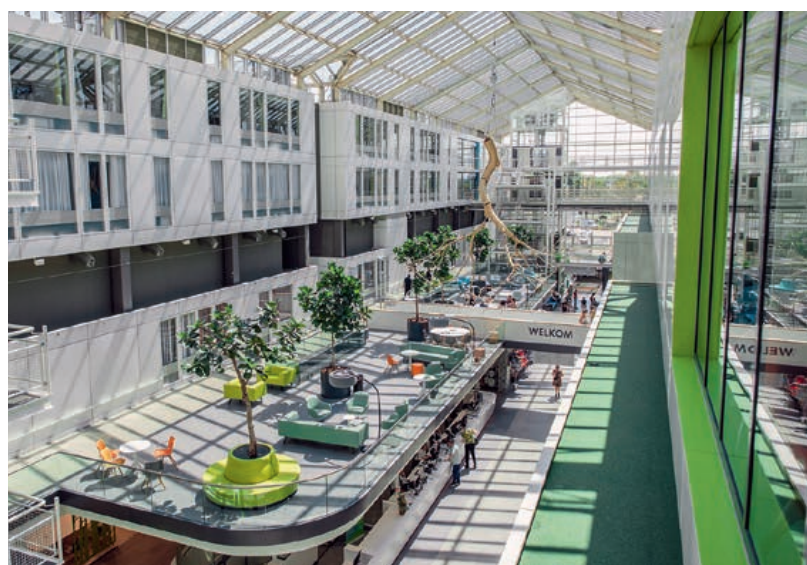
Aanmelden kan door een mail te sturen naar:  
[gabma@daasluis](mailto:gabma@daasluis) of [ckalmeijer@ysl.nl](mailto:ckalmeijer@ysl.nl)

# Wordt u ook onze vriend?

STICHTING  
VRIENDEN  
VAN  HET  
IJSELLAND  
ZIEKENHUIS



De Vrienden zijn mensen, bedrijven en organisaties die financieel bijdragen aan projecten in het IJsselland Ziekenhuis. Projecten of voorzieningen die het verblijf in het ziekenhuis of de nazorg na een ingrijpende ziekte voor patiënten (en hun familie) draaglijker kunnen maken. Vrienden ondersteunen het IJsselland Ziekenhuis door mooie en helpende initiatieven van patiënten en medewerkers financieel mogelijk te maken.



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

Dankzij uw steun wordt het verblijf voor patiënten in het IJsselland Ziekenhuis een stuk fijner. Scan de QR code met de camera-app op je telefoon of ga naar [www.vriendenijsselland.nl/steun-ons](http://www.vriendenijsselland.nl/steun-ons)



# Het IJsselland bij de hand

Praktische informatie



## Afzeggen afspraak

Het IJsselland Ziekenhuis brengt een wegblijftarief in rekening wanneer een patiënt zonder afmelding of berichtgeving niet op de afspraak verschijnt, tenzij er een geldige reden is. Dit wegblijftarief bedraagt €43,30.

Bent u dus verhinderd voor een afspraak, dan verzoeken wij u de afspraak uiterlijk 24 uur voor de geplande afspraakdatum af te zeggen. Op uw afgezegde plaats kan dan weer een andere patiënt op het spreekuur komen.



## Locaties

### IJsselland Ziekenhuis

Prins Constantijnweg 2 · 2906 ZC · Capelle aan den IJssel  
010 - 258 5000

### Polikliniek Nesselande

Cypruslaan 410 · 3059 XA · Rotterdam · 010 - 258 5000

### Polikliniek Krimpen

Groenendaal 1 · 2922 CJ · Krimpen aan den IJssel · 010 - 258 5000

### Polikliniek Kralingen

Oudedijk 15 · 3062 AB · Rotterdam · 010 - 258 5000

## Gedagsregels

Het IJsselland Ziekenhuis heeft in een aantal gedragsregels verwoord wat het ziekenhuis van patiënten verwacht en wat u van ons mag verwachten. De gedragsregels zijn bedoeld voor patiënten en bezoekers van het IJsselland Ziekenhuis.



### Respect en omgangsvormen

De basisregel in ons ziekenhuis is respectvol met elkaar omgaan. Discriminatie is niet toegestaan. Als patiënt en bezoeker mag u erop rekenen dat u door onze medewerkers correct wordt behandeld. Het omgekeerde geldt natuurlijk ook.



### Mobiele telefoons

U mag uw mobiele telefoon en tablet in het ziekenhuis gebruiken. Wij verzoeken u vriendelijk daarbij rekening te houden met (mede)patiënten en bezoekers om overlast te voorkomen. Wij verzoeken u om uw mobiele telefoon in de spreekkamer niet te gebruiken.



### Bezoektijden

Bezoeken van een patiënt is alleen mogelijk binnen de op de afdeling aangegeven bezoektijden. Op de afdeling staat aangegeven wanneer hiervoor afwijkende regels gelden. Omdat patiëntenzorg altijd voor gaat, vragen wij bezoek om de kamer even te verlaten als er tijdens het bezoek een artsensite, onderzoek of therapie is.



### Roken

Roken in en rond het ziekenhuis is verboden met ingang van 1 januari 2019. Roken mag ook niet in de aanloopgebieden van de ingangen.



### Foto, film, geluidsopname

Wilt u een foto, film of geluidsopname maken van medewerkers en/of patiënten? Dit mag alleen als u uitdrukkelijk toestemming heeft gevraagd én gekregen.

### Alcohol en drugs

Gebruik van alcohol in het ziekenhuis is alleen toegestaan bij bijzondere gelegenheden. Onder invloed zijn van alcohol zijn in het ziekenhuis is verboden. Gebruik van drugs en/of het onder invloed zijn van drugs in het ziekenhuis is niet toegestaan.



### Wapens, diefstal, vernieling, geweld en (seksuele) intimidatie

Wapenbezit, diefstal, vernieling, fysiek en verbaal geweld en (seksuele) intimidatie zijn in Nederland en daarmee in ons ziekenhuis niet toegestaan. Van overtreding wordt altijd aangifte gedaan bij de politie. Overtreders worden aan de politie overgedragen. In alle gevallen worden de gemaakte kosten verhaald op de overtreder.



### Cameratoezicht

Ons ziekenhuis waakt over uw en onze eigendommen door middel van cameratoezicht in en om het ziekenhuis.



### Let op uw spullen

Bewaak zelf uw eigendommen! Het IJsselland Ziekenhuis is niet aansprakelijk voor schade, verlies of diefstal van eigendommen van patiënten en bezoekers.



### Aanwijzingen medewerkers

Volg aanwijzingen van medewerkers van het IJsselland Ziekenhuis altijd op. Deze gedragsregels gelden zowel in het ziekenhuis als op het gehele terrein van het ziekenhuis, inclusief het parkeerterrein. Het overtreden van de regels of het niet opvolgen van aanwijzingen, kan leiden tot een waarschuwing of het weigeren van de toegang tot het ziekenhuis.

## Vind je weg



## Bereikbaarheid



### Capelse buurtbus 605 en 606

De Capelse buurtbussen 605 en 606 maken een stop bij het IJsselland Ziekenhuis. De bushalte bevindt zich aan de achterzijde van het ziekenhuis, aan de Poortmolen (Capelse zijde). De dienstregeling van de Capelse buurtbus vindt u op [www.ret.nl](http://www.ret.nl).

### Gratis busdienst

Er is een gratis pendeldienst beschikbaar voor patiënten van het IJsselland Ziekenhuis. De bus rijdt iedere 12 minuten tussen metrostation Schenkel en het IJsselland Ziekenhuis, van maandag tot en met vrijdag tussen 08.00 en 17.00 uur. De bus biedt plaats aan 8 passagiers. De passagiersstoel naast de chauffeursstoel mag niet worden gebruikt. Rollators en rolstoelen kunnen mee worden vervoerd.



### Treinstation Alexander

Het dichtstbijzijnde treinstation is Rotterdam-Alexander. Op station Alexander kunt u overstappen op de metro (richting Schiedam Centrum, lijn A of B).

Bij het Alexandrium kunt u gebruik maken van de Capelse buurtbussen 605 en 606, deze stoppen ook bij het IJsselland Ziekenhuis. Kijk voor meer informatie op [www.ret.nl](http://www.ret.nl)



### Parkeren

Op het hele parkeerterrein geldt betaald parkeren. Kijk voor meer informatie op de website [www.ysl.nl](http://www.ysl.nl)



### Metro A en B

De dichtstbijzijnde metrohaltes zijn Prinsenlaan en Schenkel. Deze haltes liggen op metrolijn A (Binnenhof – Schiedam) en metrolijn B (Nesselande – Schiedam). De looproute naar het ziekenhuis is met bordjes aangegeven.

## De centrale hal



Wandeltijd naar de metrohalte Prinsenlaan is ±10 minuten

Capelse  
buurtbussen  
605 en 606

POORTMOLEN-ZIJDE

### Met de auto?

Betaal binnen voor uw uitrijdkaart. Het parkeertarief is € 2,10 per 60 minuten; er wordt afgerekend per 30 minuten. Het maximum dagtarief bedraagt € 10,-.



### Infobalie openingstijden

Dagelijks van 07.00 tot 23.00 uur

### Ingang Poortmolen

De ingang is doorde-weeks geopend van 07.00 - 20.00 uur. In het weekend en feestdagen is deze ingang geopend van 11.00 - 12.00 uur en van 14.30 - 20.00 uur.

### IJsselplein

In de centrale hal vindt u ons IJsselplein, dé centrale ontmoetingsplek in ons ziekenhuis. Hier kunt u genieten van een kop koffie met iets lekkers, een lunch of een diner. Wij verkopen hier ook diverse cadeauartikelen, boeken, tijdschriften en verzorgingsproducten.

De winkel, de horeca en het terras in de hal zijn geopend op:

- maandag tot en met vrijdag, van 08.00 - 20.00 uur,
- zaterdag, zon- en feestdagen, van 11.00 - 20.00 uur.

### Regioapotheek IJsselland openingstijden

Elke dag 24 uur geopend: Na 18.00 via het nachtkloket.

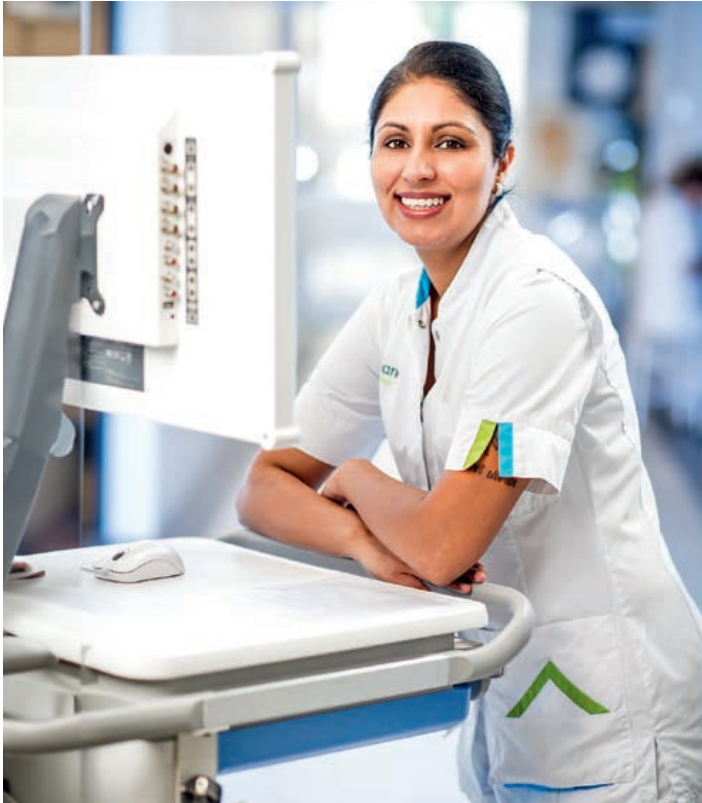
### Hoofdingang openingstijden

Iedere dag geopend: 06.30 - 21.00 uur

PRINS CONSTANTIJN WEG



Voor actuele bezoeksregels en bezoektijden verwijzen we u naar de website.



### Patiëntenvoorlichting

- > Lukt het niet om in te loggen in 'Mijn IJsselland' of vindt u niet wat u zoekt?
- > Wilt u uw medisch dossier opvragen?
- > Zoekt u een folder over uw onderzoek, behandeling of operatie?
- > Heeft u een vervelende ervaring of klacht?
- > Wilt u ons attenderen op een onveilige situatie?

De medewerkers van Patiëntenvoorlichting helpen u graag! U vindt ons in de hal van het ziekenhuis, maandag t/m donderdag van 09.30 - 16.30 uur, telefoonnummer 010 - 258 5137 of mail [patientenvoorlichting@ysl.nl](mailto:patientenvoorlichting@ysl.nl)

### Niet tevreden?

Alle medewerkers, vrijwilligers en specialisten van het IJsselland Ziekenhuis doen hun best om patiënten en bezoekers goede zorg te bieden. Helaas gaat niet altijd alles zoals het zou moeten en kunnen er klachten ontstaan, bijvoorbeeld over behandeling. Een klacht is voor ons een gratis advies voor verbetering van de zorg- en dienstverlening. Daarom horen wij graag uw klachten en ervaringen om zo ongewenste situaties in de toekomst te voorkomen.

Voor meer informatie over de klachtenregeling kunt u contact opnemen met afdeling Patiëntenvoorlichting, bereikbaar via telefoonnummer 010 - 258 5137 of kijk op de website [www.ysl.nl](http://www.ysl.nl).

## Eenvoudig contact met uw arts of zorgverlener via de app van BeterDichtbij

Om u snel en eenvoudig van dienst te zijn, kunt u nu ook in het IJsselland Ziekenhuis contact opnemen met uw arts of zorgverlener via de app BeterDichtbij.

### Met de BeterDichtbij app kunt u:

- **makkelijk vragen, foto's en bestanden uitwisselen over uw zorgvraag**  
U stuurt eenvoudig en direct een berichtje, foto, of plaatje via BeterDichtbij. Ook kunt u bestanden en PDF's uit andere apps veilig uitwisselen met uw arts. Let op: het mag nooit een spoed vraag zijn, die zal altijd telefonisch gedaan moeten worden.
- **Beeldbellen met uw eigen arts of zorgverlener**  
Gewoon vanaf uw mobiele telefoon, beeldbellen met uw eigen arts of andere zorgverlener. Uw zorgverlener kan u hiervoor uitnodigen als u de BeterDichtbij app gebruikt.
- **Betrouwbare informatie over gezondheid en ziekte vinden**  
De betrouwbare informatie van Thuisarts.nl en Apotheek.nl is beschikbaar via BeterDichtbij. Zo kunt u altijd informatie over gezondheid, ziekte en medicijnen uitwisselen en nalezen via de BeterDichtbij app.
- **Eenvoudig uitslagen nalezen en eigen data insturen**  
Wel zo makkelijk: uw onderzoeksuitslagen thuis nog eens rustig nalezen. Alleen, samen met uw partner of andere naasten. Dit is mogelijk via BeterDichtbij.

**Meer weten over de app BeterDichtbij?**  
Kijk op [www.ysl.nl/beterdichtbij](http://www.ysl.nl/beterdichtbij) of scan de QR code.





Wij zijn er  
als u ons nodig hebt!

**Zorg op z'n  
zorgzaamst**

**De Zellingen biedt zorg  
'met behoud van eigen regie'.  
U kunt bij ons terecht voor:**

- Herstel en revalidatie
- Ondersteuning thuis, waaronder onze maaltijdservice en personenalarmering
- Huishoudelijke ondersteuning
- Zorg en verpleging thuis
- Dagactiviteiten en dagbehandeling
- Wonen met zorg

**Meer info of een aanvraag doen?**

Kijk op [www.zellingen.nl](http://www.zellingen.nl)

Mail naar [clientservice@zellingen.nl](mailto:clientservice@zellingen.nl)

Bel met 010 - 284 33 00

**DeZellingen**

## **Samenwerken** aan herstel

**Fysiotherapie van Campenhout** is al ruim 30 jaar een begrip in Rotterdam. Wij werken samen met de cliënt om tot de oorzaak van het probleem te komen en dit samen op te lossen. Altijd met persoonlijke begeleiding en luisterend naar de wensen en vragen van de cliënt.

De praktijk is gespecialiseerd in manueel therapie, dry needling en herstel na operaties. Specifieke aandachtsgebieden zijn de lage rug, nek, schouders en knieën.



Onze cliënten  
waarden ons op  
Qualiview met een

**9,4**

**Fysiotherapie van Campenhout**  
Stalpaertstraat 70, 3067 XT Rotterdam  
Telefoon: 010 - 456 49 43  
[info@fysiotherapievancampenhout.nl](mailto:info@fysiotherapievancampenhout.nl)  
[www.fysiotherapievancampenhout.nl](http://www.fysiotherapievancampenhout.nl)



**Fysiotherapie  
van Campenhout**

Meer informatie?  
0900 22 44 777 (lokaal tarief)

# Zorg voor elkaar, ook na het ziekenhuis

Heeft u na uw ziekenhuisbezoek of opname aanvullende zorg nodig? Onze medewerkers zijn er graag voor u. Bij u thuis of (tijdelijk) in één van onze huizen.

## Een greep uit ons aanbod

- Hulp bij huishouden
- Verpleging en verzorging thuis
- Verpleeghuiszorg (tijdelijk en langdurig)
- Hulpverlening en begeleiding thuis
- Behandeling (zoals fysio- en ergotherapie) thuis
- Revalideren in onze revalidatieafdeling gevestigd in het IJsselland Ziekenhuis

Lelie zorggroep bundelt de krachten van Agathos, Curadomi en Lelie zorggroep wonen, zorg en welzijn. Wij werken vanuit een christelijke overtuiging voor iedereen die dat nodig heeft.

ijssel land  
ziekenhuis

De samenwerkingspartner van



Lelie zorggroep