

Patiënteninformatie

Terwijde



**KIES JIJ
VOOR DE
BESTE ZORG?**
Alles in de buurt!



Gezondheidscentrum Terwijde

In ons centrum kunt u terecht bij verschillende zorgverleners, waaronder huisartsen en fysiotherapeuten. Daarnaast bieden wij een aantal gerichte zorg- en leefstijlprogramma's in samenwerking met zorgverzekeraars en medisch specialisten. In ons gebouw zijn ook andere zorgaanbieders aanwezig, zoals de diëtist of logopedist. Ook vindt u in ons centrum zorgdiensten, zoals de FLeIR apotheek. In deze folder vindt u de belangrijkste informatie en contactgegevens van de huisartsen en fysiotherapiepraktijk. De overige zorgaanbieders staan op het insteekvel.



Wat te doen bij spoed

- Is er sprake van een levensbedreigende situatie? **Bel dan 112.**
- Binnen kantoortijden kunt u bij spoed de praktijk bellen op **030 – 686 61 12.**
- Buiten openingstijden kunt u terecht bij de centrale huisartsenpost Leidsche Rijn: **088 – 130 96 20.**

Huisartsenpraktijk

Openingstijden en contactinformatie

Wij zijn geopend van maandag tot en met vrijdag tussen 08.00 en 17.00 uur. U kunt tijdens openingstijden bellen op onderstaand nummer om een afspraak in te plannen. Onze huisartsen houden soms ook avondspreekuur. Kijk op onze website voor meer informatie.

 030 – 686 61 00
 terwijde.lrgj.nl

Afspraak maken

Onze zorgaanbieders werken uitsluitend op afspraak. Een afspraak maken kan telefonisch of online.

Telefonisch

Onze assistenten maken afspraken voor de huisartsen, de verpleegkundig specialist, het assistentenspreekuur en de praktijkondersteuners. Voor de andere zorgaanbieders in het gebouw kunt u de nummers bellen die daarbij vermeld staan (zie insteekvel).

Online

Buiten openingstijden kunt een afspraak maken via **MijnGezondheid.net**. Dit is ons digitale portaal. Daarnaast kunt u via dit portaal een vraag stellen aan uw zorgverlener of medische informatie vinden, zoals uitslagen van onderzoek.

Heeft u een DigiD-code met sms-autorisatie of de DigiD app? Dan kunt u zich aanmelden voor **MijnGezondheid.net** via **lrgj.nl**.

App

Als u **MijnGezondheid.net** gebruikt, kunt u ook de app **MedGemak** downloaden op uw smartphone. Met deze app kunt u onder andere berichten met bijlages versturen aan uw zorgverlener.

Hoe kunt u bij ons terecht?

Afspraak op het spreekuur

Een afspraak op het spreekuur van de huisarts duurt 10 minuten. Wilt u meer onderwerpen bespreken of heeft u extra tijd nodig? Vraag dan bij het inplannen om een dubbele afspraak. In sommige gevallen plant de assistente direct een dubbele afspraak in.

Telefonische afspraak

Bij een telefonische afspraak wordt u teruggebeld door de huisarts, verpleegkundig specialist of de praktijkondersteuner. Let op: wij bellen met een anoniem nummer. Wij geven hierbij een indicatie van de tijd waarop u wordt gebeld, maar geen specifiek tijdstip.

Huisbezoek

Wanneer het niet mogelijk is om zelf naar de praktijk te komen, kan de huisarts u thuis bezoeken. Bijvoorbeeld omdat u te

ziek bent, of slecht ter been. Bij medische spoed onderbreekt de huisarts het spreekuur om u te bezoeken.

Assistentenspreekuur

U kunt dagelijks op afspraak bij de assistenten terecht voor:

- Bloeddruk meten
- Injecties/vaccinaties
- Oren uitspuiten
- Wratten aanstippen
- Uitstrijkjes
- Wondbehandeling
- Urineonderzoek
- Hechtingen verwijderen

Afzeggen of wijzigen van de afspraak

- Een afspraak bij de huisarts kunt u tot 24 uur van tevoren kosteloos per telefoon afzeggen of verzetten.
- Bij een afspraak met de praktijkondersteuner kan dit tot 48 uur van tevoren kosteloos.

Doet u dit niet? Dan moeten we de kosten voor de gereserveerde tijd helaas aan u doorberekenen. Dit kost € 15,00 voor een afspraak van 10 minuten en € 30,00 voor een afspraak van 20 minuten. De zorgverzekering vergoedt in dit geval de kosten niet.

Wie werken er in de huisartsenpraktijk?

Huisartsen en centrumassistenten

In de huisartsenpraktijk werken uiteraard huisartsen. Zij worden in hun dagelijkse werk ondersteund door centrumassistenten. Naast de huisartsen en

centrumassistenten kunt u ook een afspraak maken met andere zorgaanbieders. Hieronder leest u wie dat zijn en wanneer u bij hen terecht kunt.

Praktijkondersteuner somatiek (POH-s)

De praktijkondersteuner somatiek ondersteunt de huisarts als het gaat om chronische ziektes. U kunt voor onderstaande zaken zonder verwijzing van uw huisarts bij de praktijkondersteuner terecht.

- Diabetes mellitus
- Hypertensie
- Stoppen met roken
- COPD
- Astma

Praktijkondersteuner Geestelijke Gezondheidszorg (POH-GGZ)

Bij deze praktijkondersteuner kunt u terecht na een verwijzing van uw huisarts. Een praktijkondersteuner GGZ kan:

- Helpen bij het verhelderen van psychische problemen;
- Voorlichting geven over psychische klachten en meedenken over de oplossing;
- Advies geven over een behandeling of verwijzing;
- Kortdurend behandelen of begeleiden in de huisartsenpraktijk;
- Nazorg bieden na een behandeling in de GGZ.

Verpleegkundig specialist

De verpleegkundig specialist is bevoegd om zelfstandig diagnostiek en de behandeling van een groot aantal klachten te

verrichten en zit als het ware tussen een verpleegkundige en een huisarts in. Onze verpleegkundig specialist heeft een eigen spreekuur. Ze kan en mag zelf medicijnen voorschrijven, doorverwijzingen maken of aanvullend onderzoek aanvragen. Het voordeel is dat u vaak sneller terecht kunt bij de verpleegkundig specialist dan bij de huisarts of een arts in het ziekenhuis.

U kunt bij onze verpleegkundig specialist terecht voor medische zorg op het gebied van:

- Keel, neus en oren
- De huid
- Het bewegingsapparaat (de botten, spieren, gewrichten en zenuwen)
- De longen
- Ouderenzorg
- Urinewegen

Blijkt tijdens de afspraak dat uw klacht buiten het kennisgebied van de verpleegkundig specialiste valt? Dan overlegt deze alsnog met de huisarts.

Farmacotherapeut

Soms gebruikt u al langer meerdere medicijnen en misschien heeft u daar ook bijwerkingen van. De farmacotherapeut kan u in zo'n geval helpen. Farmacotherapeuten zijn apothekers die een aanvullende opleiding hebben gevolgd. Tijdens uw afspraak krijgt u alle aandacht en zorg op het gebied van uw geneesmiddelen. Samen kijkt u naar uw medicijngebruik en daarbij komen de volgende onderwerpen voorbij:

- Hoe u de medicijnen gebruikt;
- Welke bijwerkingen u heeft
- Of de geneesmiddelen goed samen gaan of juist niet;
- Of u alle medicijnen die u neemt ook nodig heeft (soort en hoeveelheid).

Op deze manier is een farmacotherapeut een aanvulling op de zorg die uw huisarts biedt. En ook op de diensten van de apotheek. Bovendien kost een afspraak u niets, aangezien dit buiten het eigen risico valt.

Overige informatie

Opvragen uitslagen

Als u gebruik maakt van

MijnGezondheid.net dan kunt u uw uitslagen altijd inzien. Gebruikt u dit niet? Dan kunt u voor uitslagen van onderzoek ook dagelijks bellen tussen 11.00 en 17.00 uur.

Urine, ontlasting en SOA-zelftest inleveren

U kunt elke ochtend voor 10.00 uur ochtendurine brengen voor onderzoek. Het is belangrijk dat u de urine tot die tijd in de koelkast bewaart. Vanaf 13.00 uur kunt u bellen voor de uitslag. Ontlasting en SOA-zelftesten kunnen met het lab-formulier vóór 11.00 uur ingeleverd worden.

Herhaalrecepten

- Voor FleiR apotheek Terwijde kunt u herhaalrecepten online aanvragen via **MijnGezondheid.net** of via **fleir.nl**.
- Voor alle overige apotheken kunt u de herhaalrecepten aanvragen bij de centrumassistenten (zie algemeen telefoonnummer).
- Daarnaast kunt u via het algemene telefoonnummer een bericht inspreken (optie herhaalrecepten in keuzemenu).

Als u medicijnen voor 10.30 uur aanvraagt, kunt u deze na 2 werkdagen bij de apotheek ophalen.

Bloedafname

Bij Saltro kunt u bloed laten prikken. Saltro werkt op geselecteerde locaties. U kunt hiervoor een afspraak inplannen via de telefoon of hun website.

 **030 - 236 11 86**
 **saltro.nl**

Fysiotherapie

Openingstijden en contactinformatie

Wij zijn op werkdagen tussen 8.00 – 17.00 uur geopend voor behandelingen en telefonisch bereikbaar van 9.00 tot 17.00 uur. Daarnaast kunt ons e-mailen. Op maandagavond is er ook een avondspreekuur.

 **030 - 669 08 27**

 **fysio@lrjg.nl**

Afspraak maken

U kunt zonder doorverwijzing bij ons terecht. Voor het maken of wijzigen van een afspraak kunt u contact opnemen met ons planbureau fysiotherapie. U kunt de afspraak tot 24 uur van tevoren kosteloos annuleren per e-mail of telefoon. Doet u dit niet? Dan moeten we de kosten voor de behandeling helaas aan u doorberekenen. Dit kost € 40,00 voor een afspraak van 30 minuten.

U kunt bij ons op verschillende manieren begeleiding krijgen. Naast fysieke afspraken op onze praktijk bieden wij ook telefonische consulten aan en online fysiotherapie met behulp van een videoconsult.

Onze specialismen

Wij vinden dat iedereen de beste zorg verdient, ook op het gebied van fysiotherapie. Dit doen we door vernieu-



WIJ VINDEN DAT IEDEREEN DE BESTE ZORG VERDIENT

wende en toonaangevende behandelingen aan te bieden. Zo sluiten we aan bij de zorgbehoeften van nu én van de toekomst.

Wij zijn gespecialiseerd in de volgende aandachtsgebieden:

1. Rug-, nek-, en schouderklachten.
2. Pijn, stress en onvoldoende verklaarde lichamelijke klachten (SOLK).
Denk aan: hoofdpijn, buikpijn, vermoeidheid, stress en duizeligheid. Maar ook hyperventilatie, burn-out, depressie, angst- en spanningsklachten.
3. Gezond ouder worden en (na)zorg bij chronische aandoeningen.
Hierbij gaat het bijvoorbeeld om artrose, COPD, diabetes, beroerte, Parkinson, kanker, hart- en vaatziekten.

Overig aanbod

Heeft u een andere aandoening of klacht? Dan kunt u uiteraard ook bij ons terecht. Hieronder valt bijvoorbeeld revalidatie na Corona. Verder kunt u bij ons terecht voor echografie en verschillende programma's op het gebied van bewegen, ontspannen en leefstijl. Kijk op onze website voor ons complete aanbod en meer informatie.

Contracten met zorgverzekeraars

Wij hebben contracten met alle zorgverzekeraars. Check bij uw verzekering op welke vergoeding u recht heeft en hoeveel behandelingen daarbij horen. Op onze website staat een overzicht met fysiotherapeutarieven.

Locaties LRJG Gezondheidscentra & fysiotherapiepraktijken



Heeft u een compliment of klacht?

We willen de best mogelijke zorg leveren en uw feedback is daarbij zeer welkom. Wij horen het natuurlijk graag als u blij met ons bent, maar ook als u verbetermogelijkheden ziet of een klacht heeft. Bespreek deze eerst met uw huisarts, fysiotherapeut of de assistente. U kunt ook via lrjg.nl een formulier invullen.

Komt u er samen met ons niet uit? Dan kunt u bij een onafhankelijke en onpartijdige klachtenfunctionaris uw klacht bespreken en samen zoeken naar een oplossing.

Voor huisartsenzorg kan dit via skge.nl/klachten-indienen.

Voor fysiotherapie gebruikt u keurmerkfysiotherapie.nl.



Adres

Emile Hullebroeckstraat 60
3543 BZ Utrecht

☎ 030 - 686 61 00

✉ terwijde@lrjg.nl

🌐 terwijde.lrjg.nl