



WIJKGEZONDHEIDSCENTRUM

't SPOOR

5 DE JAARGANG N° 3

SEPTEMBER, OKTOBER, NOVEMBER
2011

COLOFON :

De nieuwsbrief is een driemaandelijks tijdschrift uitgegeven door Wijkgezondheidscentrum 't Spoor
Guldensporenstraat 84
2140 Borgerhout.

Dit berichtenbladje wordt oa. aan alle ingeschreven patiënten gestuurd.

Oplage : 600 exemplaren.

Is het adres niet correct of krijg je deze nieuwsbrief meer dan één keer in je bus, zeg dit aan het onthaal. Wij verbeteren het adressenbestand.

Verantwoordelijke uitgever :
Hendrik Roelandt
Guldensporenstraat 84
2140 Borgerhout.

Erkenningsnummer :
P708573
Afgiftekantoor : 2140
Borgerhout—Kattenberg

België – Belgique

P.B – P.P.

BC 30451

In september verandert er veel in 't Spoor !

- Frederik Michiels heeft zijn opleiding tot huisarts afgerond en zal vanaf oktober halftijds bij ons blijven werken.
- Nico Macay zal Frederik opvolgen als HAIIO (huisarts in opleiding). Nico is een volwaardige arts, maar moet nog 2 jaar in een huisartsenpraktijk werken om een erkende 'huisarts' te worden.
- Inge Decock zal een jaar onze praktijk verlaten om in het buitenland te gaan werken.
- Jo stopt als algemeen coördinator. Jan neemt haar takenpakket over. Jan geeft zijn job als sociaal assistent door aan Finneke Laureys.
- Veronique en Jo zullen meer uren als arts werken.
- In oktober start een nieuw wijkgezondheidscentrum Zuidrand op't Kiel. Frederik zal daar ook deeltijds werken.

Wat is een HAIIO?

De HAIIO is betrokken bij alle activiteiten van deze praktijk en overlegt dagelijks met de praktijkleider. Op deze manier blijft de huisarts permanent op de hoogte van uw situatie en wordt uw gezondheid optimaal verzorgd.

Een opleidingspraktijk wordt voordurend aangemoedigd om alle recente ontwikkelingen in de huisartsgeneeskunde en in opleidingstechnieken mee op te volgen. De aanwezigheid van een HAIIO betekent dan ook vaak een garantie voor een nog betere en meer professionele dienstverlening aan alle patiënten van dit centrum.

Gelukkig in je relatie, goed in je vel!

Een fijne beleving van je seksualiteit is belangrijk voor ons algemeen geluk.

Bij de meesten onder ons gebeurt dit binnen een relatie waarin we ons veilig en geborgen voelen. Als seks niet fijn meer is, gedwongen of geforceerd is er iets aan de hand. Het is belangrijk over je beleving te kunnen praten met je sekspartner.

In deze nieuwsbrief willen we stilstaan bij een gezonde beleving van deze seksualiteit: hoe kunnen we voorkomen dat we er ziek van worden, welke manieren zijn er om niet zwanger te worden, wat is het belang van een uitstrijkje,...

'Als je vragen hebt over seksbeleving of relaties, kan je dit in vertrouwen bespreken met een van onze artsen.'



SOA

Seksueel overdraagbare aandoeningen (soa) is een verzamelnaam voor infectieziekten (bacteriën en virussen) die je kan oplopen wanneer je seksueel contact hebt zonder condoom. Voorbeelden zijn chlamydia, gonorrhoe, hiv en hepatitis B. Je kan een soa hebben zonder dat je er iets van merkt. Je kan dan ook ongemerkt een ander hiermee besmetten.

Sommige soa kunnen op lange termijn zware gevolgen hebben. Ben je besmet met een soa dan ben je ook vatbaarder voor een besmetting met het hiv-virus. Vandaag de dag bestaan er geneesmiddelen die je van de meeste soa kunnen verlossen. Maar sommige blijven ongeneeslijk. En, de meeste soa zijn ook "besmettelijker" dan het hiv-virus. Reden genoeg om je toch nog zorgen te maken over soa en je voorzorgen te nemen.



Maar hoe herken je ze? Hoe worden ze opgespoord? Hoe kunnen ze worden behandeld? En het belangrijkste : hoe kan je ze voorkomen?

We vertellen er je graag meer over op onze infonamiddagen :

Maandag 14 november in wgc 't Spoor van 13u00 tot 16u00 voor vrouwen

Maandag 21 november in wgc 't Spoor van 13u00 tot 16u00 voor mannen

Wat is HPV?

HPV staat voor het humaan papillomavirus. Er zijn verschillende HPV typen bekend. Een deel van de HPV typen infecteert de cellen in de vagina en baarmoeder(hals). Hoog risico typen kunnen aanleiding geven tot baarmoederhalskanker. Er treden geen symptomen op bij deze typen van HPV.

Hoe wordt HPV overgedragen?

HPV is de meest voorkomende seksueel overdraagbare aandoening. Bij andere seksueel overdraagbare aandoeningen, zoals HIV, biedt condoomgebruik goede bescherming. Het condoom beschermt echter niet volledig tegen HPV, al vermindert het wel de kans op infectie aanzienlijk. Dit komt doordat HPV ook kan worden overgedragen via huid/huid contact op plekken die niet door het condoom worden afgedekt.

Wat zijn de gevolgen van een HPV-besmetting?

Slechts een heel klein percentage van alle vrouwen geïnfecteerd met HPV (van het hoog risico type) zal voorstadia van baarmoederhalskanker ontwikkelen die, indien niet behandeld, aanleiding kunnen geven tot een kwaadaardige tumor. De tijd tussen infectie met HPV en het ontwikkelen van baarmoederhalskanker is echter zo lang (meer dan 10 jaar) dat er voldoende tijd is om in te grijpen.

De meeste mensen komen de HPV infectie zelf te boven. Het eigen afweersysteem zal in de meeste gevallen geïnfecteerde cellen opruimen. Vrouwen die langer aan de infectie lijden, lopen een verhoogde kans om voorstadia van baarmoederhalskanker te ontwikkelen. De virusinfectie zelf is niet behandelbaar met medicijnen, maar de voorstadia van baarmoederhalskanker zijn goed behandelbaar. Die behandeling heeft geen invloed op de vruchtbaarheid of het seksueel functioneren.

Er bestaat een eenvoudige test om de eerste stadia van baarmoederhalskanker op te sporen: het uitstrijkje. Het uitstrijkje wordt gemaakt tijdens een inwendig onderzoek. Met behulp van een borsteltje haalt de arts cellen van de baarmoedermond af en brengt deze in een potje met vloeistof. In het laboratorium worden de cellen onder de microscoop onderzocht.

Waarom een uitstrijkje?

Zich regelmatig laten onderzoeken met een uitstrijkje is een goed idee. In principe is één uitstrijkje om de drie jaar voldoende, en dit vanaf de leeftijd van 25 jaar tot 64 jaar.

Als op een uitstrijkje afwijkende cellen worden vastgesteld, is verder onderzoek nodig. Dit gebeurt dan meestal door een gynaecoloog.

Een vaccin tegen HPV?

Vanaf het schooljaar 2010-2011 biedt de Vlaamse Overheid aan alle meisjes van het eerste jaar secundair onderwijs in Vlaanderen gratis vaccins aan tegen het Humaan Papillomavirus. Ze kunnen gegeven worden door de artsen van de Centra voor Leerlingenbegeleiding.



Meisjes kunnen gevaccineerd worden alvorens ze seksueel actief zijn, want met dit vaccin kan je een besmetting met HPV niet genezen eens je die hebt. Wel kan je een besmetting tegengaan alvorens seksuele contacten te hebben. De vaccins beschermen tegen de ontwikkeling van baarmoederhalskanker veroorzaakt door twee hoog risico typen HPV. Dat betekent meteen ook dat niet alle gevallen van baarmoederhalskanker kunnen voorkomen worden, zodat het uitstrijkje noodzakelijk blijft om deze op te sporen.

Elke 3 jaar een uitstrijkje laten uitvoeren blijft dus belangrijk voor alle vrouwen tussen 25 en 64 jaar. Dit kan bij de huisarts. Je kan hiervoor een afspraak maken bij een van de artsen van WGC 't Spoor. In september 2011 krijgen onze vrouwelijke patiënten tussen 45 en 64 jaar die volgens het medisch dossier nog geen uitstrijkje hebben gehad hierover een brief. Later zullen de vrouwen tussen 25 en 44 jaar per brief uitgenodigd worden. Je hoeft hier echter niet op te wachten, maak gerust een afspraak bij één van de artsen als je vragen hebt.



Je kind wil 's nachts niet slapen. Je zoontje ruimt nooit op. Je kinderen maken veel herrie. Kortom opvoeden is niet leuk meer. Je hebt soms het gevoel dat je er alleen voor staat...

Op dinsdag 27 september tussen 9u30 en 10u30 zal CKG (centrum voor kindzorg en gezinsondersteuning) De Kleine Vos uit Borgerhout toelichting geven over het triple P programma in wgc 't Spoor.

Dit programma geeft informatie en advies over opvoeden aan ouders met kinderen tot 12 jaar. Ze zullen dan het verschil verduidelijken tussen groepsessies en individuele sessies, het verschil in traject, toelichting hoe dit in zijn werk gaat, praktische afspraken en mogelijke kinderopvang.

De toegang is vrij : tot dinsdag 27 september.

