



Bericht van uw huisarts

Hierbij bieden wij u een nieuwe editie van onze nieuwsbrief aan waarmee we u op de hoogte houden van organisatorische en medische informatie. Deze nieuwsbrieven zullen we 4x per jaar via e-mail naar u toesturen. Stelt u hier geen prijs op, dan kunt u dit aangeven via deze ["link"](#) en zullen we u uitschrijven voor de nieuwsbrieven.

Verbouwing



Door procedurele redenen heeft de verbouwing helaas vertraging opgelopen. Wij verwachten begin oktober terug te keren naar het verbouwde pand in Hulsberg. Zodra hier meer duidelijkheid over is brengen wij u uiteraard op de hoogte. Dank voor uw begrip!

Landelijke voorlichtingscampagne 'Nee tegen vaper'

De overheidscampagne 'Nee tegen vaper' roept ouders op om tijdig met kinderen te praten over de schadelijke gevolgen van vaper.



Vapen is niet alleen giftig, het verstoort ook de ontwikkeling van de hersenen en is supersnel verslavend. Onderzoek onder 12- tot en met 16-jarigen toont aan dat meer dan een kwart van hen al eens heeft gevapet. Van de 12-jarigen is dat bijna 1 op de tien! Bijna 1 op de 3 jongeren van 12 tot en met 16 jaar die vaperen, doet dat dagelijks. De landelijke voorlichtingscampagne 'Nee tegen vaperen' is erop gericht om ouders te informeren over de schadelijkheid van vaperen, daarover tijdig te praten met hun kinderen en samen nee te zeggen tegen vaperen!

[Klik hier voor meer informatie](#)

Steeds meer kinderen bijziend door schermgebruik! 20-20-2: daar red je ogen mee!

Bijziendheid (myopie) is een groeiend probleem wereldwijd. Hierbij heb je moeite om dingen in de verte scherp te zien. In Nederland heeft inmiddels 50% van de jongeren er last van en dit kan op latere leeftijd tot ernstige oogaandoeningen leiden. Door schermgebruik (smartphones, tablets, etc.) op kinderleeftijd wordt de groei van het oog negatief beïnvloed neemt het risico op bijziendheid enorm toe. Ons advies: beperkt schermtijd zo veel mogelijk en pas de 20-20-2 regel toe, welke bewezen effectief is.



[Klik hier voor meer informatie](#)

Het voorjaar duurt nog even, maar goed voorbereid de allergieperiode ingaan helpt om klachten zoals niezen, een loopneus, hoesten, kortademigheid, jeuk of branderige ogen te voorkomen.

Wanneer klachten ontstaan, komen vragen als: “Moet ik mijn neusspray of oogdruppels die ik van de dokter heb gekregen gebruiken of is een allergietabletje beter?”

Hoe gebruik ik het ook alweer en hoelang?

Wat is het beste moment voor Xylometazoline (Otrivin), en wanneer start ik met de ontstekingsremmende neusspray (intranasale corticosteroiden)? Is Xylometazoline wel goed?” Veel patiënten vinden het lastig om de behandeling met een neusspray langdurig vol te houden of starten te laat. Onderzoek toont aan dat bij 32% van de patiënten de toediening niet goed gaat. Goede voorlichting en begeleiding zijn essentieel om het effect en eventuele bijwerkingen te bespreken.



Herkenbaar en wil je beter voorbereid het voorjaar in gaan?

Maak dan een afspraak met onze verpleegkundig specialist, Brenda Corvers. Zij kan uw klachten, allergieën en behandeling in kaart brengen, uw vragen beantwoorden en samen met u een gerichte behandeling opstellen.

Kijk voor meer informatie en/of de pollenkalender op:

<https://www.thuisarts.nl/allergie> of <https://www.hooikoorts.com/pollenkalender>

Feestdagen

Tijdens de feestdagen (25/26 december en 1 januari) zijn wij gesloten.

Bel bij spoed naar de Huisartsenpost: 045-577 88 44.

Adres: Henri Dunantstraat 36419 PB Heerlen. (Altijd eerst bellen!)

Daarnaast verzoeken wij u om uw medicatie op tijd te bestellen zodat u niet zonder komt te zitten tijdens de feestdagen.

HUISARTSENPRAKTIJK
HULSBERG



Met een zorgzame groet,

Team Huisartsen Hulsberg

Huisartsenpraktijk Hulsberg

Parallelweg Noord 2, 6336 AE Hulsberg

[View in browser](#) | [Uitschrijven](#) | [Praktijk.nl](#)