



Middelste Wei 2 3844 HT Harderwijk Tel: 0341 – 200230
info@praktijkvanderhulst.nl www.praktijkvanderhulst.nl

Griep- en pneumokokkenvaccinatie

De 'R' is weer in de maand! Bent u 60 jaar of ouder of heeft u een medische indicatie, dan ontvangt u deze maand per post een oproep voor een gratis grieprik. Bent u geboren in de jaren 1961 t/m 1964, dan ontvangt u ook een oproep voor een gratis pneumokokkenrik. De prikdag is gepland op **vrijdagmiddag 18 oktober a.s. in De Roef (zaal Joop Boekhorst)**. Wat kunt u doen, als u deze middag écht niet kunt komen? Of heeft u een andere vraag? Alle antwoorden vindt u [hier](#).



GGD verzorgt de coronavaccinatie

Als u een oproep krijgt voor de grieprik, dan valt u ook in de doelgroep die dit najaar een coronaprik mag halen bij de GGD. U maakt eenvoudig een afspraak op: www.planjeprik.nl of (als u geen DigiD heeft) via 0800 – 7070. De coronavaccinaties vinden o.a. plaats in De Roef (begane grond). Let op: de organisatie van de coronaprik is volledig in handen van de GGD. Vragen over coronavaccinatie stelt u daarom ook aan de [GGD](#) (tel nr: 088 – 443 33 55).

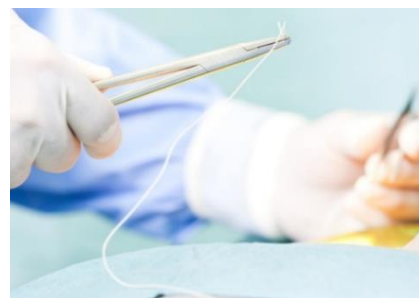


Noteer uw afspraak!

Wij vragen u om een afspraak zelf goed te noteren in uw agenda of op de kalender. Nu worden onze praktijkassistentes regelmatig gebeld door mensen die niet meer weten wanneer of hoe laat de afspraak is. Helaas worden afspraken ook vergeten (met name bij onze praktijkondersteuners). Dat is erg vervelend, want de spreekuren zitten erg vol, en iemand anders had in deze tijd zorg kunnen krijgen. Helaas heeft ons informatiesysteem nog geen mogelijkheid voor het sturen van een afspraakherinnering. Dus noteer uw afspraak goed en plan zelf een herinnering of alarm. En bel ons bij verhindering uiterlijk 24 uur vóór de afspraak. Hartelijk dank voor uw medewerking!

Verwijdering van een plekje door de huisarts

Onze huisartsen zijn opgeleid in het uitvoeren van kleine chirurgische verrichtingen. Omdat de zorgverzekering alleen een medische ingreep vergoedt, zal de huisarts altijd eerst beoordelen of een ingreep zinvol is. Bijvoorbeeld omdat iets ongemak veroorzaakt. Of omdat het om een mogelijk kwaadaardig plekje gaat, dat opgestuurd moet worden voor onderzoek. Betreft het een goedaardig plekje, dat u vanwege cosmetische redenen wilt laten verwijderen, dan kunt u een afspraak maken bij een huid-/cosmetische kliniek of bij een plastisch chirurg. De kosten voor een cosmetische ingreep worden niet vergoed.



Ik ben zo moe, kan ik bloed laten prikken?

Bloedprikken zonder dat de huisarts u heeft gesproken of onderzocht, is niet zinvol. Sterker nog, soms worden er waardes gevonden die afwijken van de 'norm', maar die voor u normaal zijn. Dit kan leiden tot onnodige zorgen of onnodig verder onderzoek. Beter is het, om bij bepaalde klachten, eerst op het spreekuur te komen of een belafspraak te plannen met de huisarts. Dan kunnen we samen bekijken of, en zo ja welk, aanvullend onderzoek zinvol is. Vermoeidheid alleen, is meestal geen symptoom van een ziekte. Voor meer informatie: [klik hier](#)

Rookt u nog?

Doe dan mee met Stoptober: 28 dagen stoppen met roken, samen met anderen. Uit onderzoek blijkt dat mensen vaker gestopt blijven als ze samen met anderen stoppen. Oktober is uitgeroepen tot dé maand om samen te stoppen met roken. 550.000 stoppers gingen je voor, nu jij! Je kan het!

- ✓ Ook bekende Nederlanders doen mee
- ✓ De meerderheid blijft gestopt na 28 dagen
- ✓ Je kunt je inschrijven via de [Stoptober website](#)
- ✓ Zet de [Stoptober app](#) op je telefoon
- ✓ Volg Stoptober ook via [facebook](#) of [instagram](#)



Samen wandelen

Elke laatste donderdag van de maand (m.u.v. schoolvakanties) is er 'Samen wandelen met de Roef'; een rustige en gezellige wandeling van maximaal 5 km. De volgende wandeling is op donderdag 26 september. Wandel een keer mee en ervaar hoe leuk het is om samen in beweging te zijn! We vertrekken om 18.30 uur vanaf De Roef, na afloop is er koffie en thee.

Blijf op de hoogte!

Volg onze praktijk om op de hoogte te blijven van nieuws in de praktijk en in onze regio, via onze [website](#), [facebook](#) of [instagram!](#)



Bedankt voor uw aandacht.
Vragen of tips? Bel of mail ons!