

Nieuwsbrief

Huisartsenpraktijk Eisenga

NEW Nieuw bij Huisartsenpraktijk Eisenga: Aanmelden via de aanmeldzuil

Vanaf oktober is er iets nieuws in onze praktijk!

Bij binnenkomst kunt u zich voortaan zelf aanmelden via de aanmeldzuil bij de balie. 🙌🌟

Het werkt heel eenvoudig:

1. Volg de aanwijzingen op het scherm.
2. Meld u aan met uw geboortedatum en achternaam.
3. Klaar! Nu weten wij dat u er bent u kunt plaatsnemen in de wachtkamer.

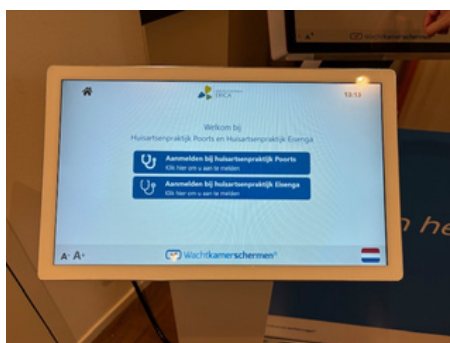
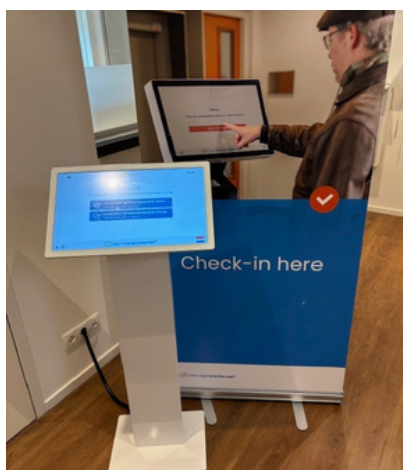
Deze nieuwe manier van aanmelden zorgt voor snellere en soepelere doorstroming bij de balie. Zo kunnen wij u en andere patiënten beter en sneller helpen.

💬 Vragen of hulp nodig?

Geen zorgen! U kunt natuurlijk nog steeds gewoon bij de balie terecht als iets niet lukt of als u liever persoonlijk geholpen wordt.

Dank voor uw medewerking en tot ziens in de praktijk!

— Het team van Huisartsenpraktijk Eisenga



Nieuwsbrief hoogtepunten

Nieuwe manier van aanmelden

Al aangemeld voor de GRIEPPRIK!

Verhuisd geef je nieuwe gegevens door !

HERFSTDIP ?? WAT TE DOEN ?



Havenstraat 56c - 7887 BR Erica
0591-246188
www.huisartsenerica.nl



OPROEP 📢

Verhuisd? Nieuw telefoonnummer of e-mailadres? Laat het ons weten!

We merken regelmatig dat we patiënten niet goed kunnen bereiken, simpelweg omdat we niet over de juiste contactgegevens beschikken. Dat is natuurlijk zonde — én soms ook belangrijk voor uw gezondheid.

👉 Of het nu gaat om een nieuw adres, telefoonnummer of e-mailadres: geef wijzigingen altijd even aan ons door. Zo kunnen wij u goed informeren over afspraken, uitslagen en belangrijke berichten van de praktijk.

U kunt uw gegevens gemakkelijk doorgeven:

- Vul de wijzigingen aan in “uw zorg online”
- Telefonisch
- Of eventueel aan de balie

Samen zorgen we ervoor dat de lijnen kort blijven en dat u niets mist. Bedankt voor uw hulp! 🙌



Grieprik Campagne 2025

De tijd voor de jaarlijkse grieprik is weer geweest. We hebben alle mensen van 60 jaar en ouder, alle mensen met een hart -of longziekte of met suikerziekte, alle nierpatiënten en mensen met een verminderde afweer door ziekte of medische behandeling die behoren tot de zogenaamde risicogroep, uitgenodigd om zich bij ons op de praktijk te komen vaccineren.

Dit jaar hebben we de uitnodigingen gestuurd via de SMS dienst van Sendi. Via de SMS kreeg u een datum en tijd wanneer u verwacht werd voor de grieprik. Indien nodig kon u zelf deze afspraak wijzigen.

We hopen dat u alles als prettig heeft ervaren.

Mocht u verbeterpunten hebben voor ons dan nodigen we u van harte uit om dit te melden.

Voor meer informatie over de werking van de grieprik kunt u kijken op <https://www.thuisarts.nl/griep>.





Herfst DIP is Herfst TIP

Een herfst DIP is iets wat wel vaker voorkomt maar wat als dit niet overgaat of belemmerend gaat worden voor het functioneren.

De herfst en winter brengen niet alleen kortere dagen en koudere temperaturen met zich mee, maar kunnen ook invloed hebben op je stemming.

Veel mensen merken dat ze zich in deze seizoenen wat somberder of vermoeider voelen.

Dat is heel normaal: het gebrek aan daglicht heeft effect op onze biologische klok en stemming.

Bij sommige mensen gaan deze klachten verder dan een winterdip. Dan kan er sprake zijn van een winterdepressie (ook wel seizoensgebonden depressie genoemd). Dit komt jaarlijks terug en begint vaak in de herfst, met een piek in de winter.

Mogelijke klachten bij een winterdepressie:

- Vermoeidheid, ook na voldoende slaap
- Somberheid of neerslachtige gevoelens die weken aanhouden
- Minder zin in sociale contacten of activiteiten
- Toegenomen eetlust (vaak trek in koolhydraten of zoet)
- Concentratieproblemen
- Prikkelbaarheid of lusteloosheid

Herken je deze klachten bij jezelf, en merk je dat het je dagelijks functioneren beïnvloedt? Neem dan gerust contact op met onze praktijk. Een winterdepressie is goed te behandelen. Denk aan lichttherapie, gesprekken met een hulpverlener of in sommige gevallen medicatie.

Tips om je beter te voelen in de donkere maanden:

- Probeer elke dag naar buiten te gaan, vooral in de ochtend
- Beweeg regelmatig: ook een korte wandeling helpt al
- Houd een regelmatig slaapritme aan
- Praat erover als je je somber voelt
- Blijf sociale contacten onderhouden, ook als je er minder zin in hebt

Je staat er niet alleen voor. Wij denken graag met je mee.

HERHAALDE OPROEP!!

VERGEET NIET TOESTEMMING TE GEVEN VOOR HET LANDELIJK SCHAKELPUNT.

DIT IS HET SYSTEEM WAARIN IN DE ZORG GEGEVENS WORDEN UITGEWISSELD.

STEL JE VOOR JOUW GEGEVENS MOETEN NAAR HET ZIEKENHUIS DAN KAN DIT VIA HET LANDELIJK SCHAKEL PUNT OOK WEL LSP GENOEMD.

DIT IS DE EEN VEILIGE EN SNELLE MANIER OM GEGEVENS TE DELEN MET DE VOOR U BELANGRIJKE & RELEVANTE ZORGVERLENERS.

TOESTEMMING GEVEN KAN VIA DEZE LINK OF DEZE QR CODE

[HTTPS://VOLGJEZORG.NL/TOESTEMMING](https://volgjezorg.nl/toestemming)



UW ZORG ONLINE.

HEEFT U NOG GEEN ACCOUNT? MAAK DEZE DAN NU AAN. OOK VOOR UW KIND (DIGID AANVRAGEN VOOR UW KIND!)

WAAROM ???

HIERIN KUN U:

- AFSPRAKEN MAKEN,
- HERHAALRECEPTEN AANVRAGEN,
- (MEDISCHE) VRAGEN STELLEN
- EN UW EIGEN DOSSIER INZIEN



HANDIG TOCH ?!

NIET ALLES HOEFT TELEFONISCH, MAAR KAN OOK DIGITAAL, IN UW EIGEN TIJD, HOE FIJN IS DAT ?!

MELD U AAN VIA DEZE LINK;

[HTTPS://HUISARTSENPRAKTIJKEISENGA.UWZORGONLINE.NL/INLOGGEN-EN-REGISTRATIE/APP/](https://huisartsenpraktijkeisenga.uwzorgonline.nl/inloggen-en-registratie/app/)



🍂 Herfst: gezellig, maar let op je gezondheid!

De herfst is weer begonnen: de bomen kleuren prachtig, de lucht wordt frisser en de warme truien kunnen uit de kast.

Maar met het wisselende weer komen ook de typische herfstkwaaltjes om de hoek kijken. Denk aan verkoudheden, griep, kriebelhoest en vermoeidheid.

👉 Een paar tips om fit te blijven deze herfst:

- Was regelmatig je handen, vooral na hoesten of niezen.
- Blijf in beweging – een frisse herfstwandeling is goed voor je weerstand én je humeur.
- Eet gevarieerd, met genoeg groente en fruit om je immuunsysteem een boost te geven.
- Slaap voldoende en neem op tijd je rust.

Heb je last van langdurige klachten, koorts die niet overgaat, of twijfel je of je even langs moet komen? Neem dan gerust contact met ons op. We kijken graag met je mee.

Geniet van de mooie herfstdagen en zorg goed voor jezelf! 🍁

— Het team van huisartsenpraktijk Eisenga

