



Sluiting Apotheek Prelude

In goed overleg met de huisartsen van Prelude is besloten om per 1 april 2015 de uitgifte van medicijnen vanuit apotheek Prelude te stoppen.

De apotheek verdwijnt niet helemaal uit Prelude. De zorg rondom medicijngebruik zoals medicijngesprekken, medicatiebeoordelingen, begeleiding van goed geneesmiddelgebruik en het beantwoorden van vragen over medicijnen wordt zelfs uitgebreid. Hiervoor kunt u vanaf 1 juli 2015 terecht bij de apotheker die hiervoor een eigen spreekkamer in Prelude krijgt.

Het wegvallen van de uitgiftefunctie van apotheek Prelude biedt de huisartsen ook de gelegenheid om andere zorgdisciplines in het gezondheidscentrum onder te brengen zoals wijkverpleegkundigen, welzijn en maatschappelijk werk.



KLANTENKAART ACTIE!!

Bij inlevering van 50 punten van uw klantenkaart krijgt u € 5 * korting bij aankoop van een zonnebrandproduct vanaf € 15 naar keuze.



*i.p.v. € 2,50. Actie geldig tot 15 juni 2015. Deze aanbieding is eenmalig te gebruiken per klantenkaart

Even voorstellen...

Mijn naam is Kirsten Kouwen-Lubbers en ik ben per 1 maart werkzaam als apotheker in Apotheek Ter Aar. Hiervoor heb ik 6 jaar in een grote stadsapotheek in Den Haag gewerkt.

Mijn aandachtsgebied is "Farmaceutische Patiëntenzorg" (FPZ). FPZ is het begeleiden van patiënten bij hun geneesmiddelgebruik: lukt het om dit allemaal op tijd in te nemen, werken de geneesmiddelen goed, ervaart iemand bijwerkingen? Deze FPZ vindt plaats naast de "standaard" zorg die de apotheek



levert: het bewaken of de patiënt de afgeleverde medicatie zonder risico kan gebruiken. Hierbij wordt onder andere gekeken naar leeftijd, nierfunctie, andere medicatie en andere aandoeningen. Als ik in de apotheek constateer dat het mogelijk niet goed gaat met iemand dan zal ik contact opnemen voor een gesprek. Als u vragen heeft over uw geneesmiddelen of het gebruik ervan dan is het altijd mogelijk om een afspraak met mij te maken.

Ik hoop u snel een keer te zien in apotheek Ter Aar!

Wist u dat..

... de apotheken op 18 februari weer gecertificeerd zijn voor de jaarlijkse HKZ-toetsing. De toetsing heeft vooral betrekking op het naleven van de procedures en kwaliteit. De apotheken hebben de toetsing wederom glansrijk doorstaan.

... u uw vragen over bijwerkingen van uw medicijnen kunt stellen aan de apotheker. U kunt hiervoor altijd een afspraak maken met de apotheker.

Voetschimmel en kalknagels

"Zwemmerseczeem" wordt veroorzaakt door een voetschimmel.

De klachten zijn:

- grijs/witte huidschilfertjes en kloofjes tussen de tenen en soms met jeuk.
- Soms voelt de huid week aan.
- Soms blaasjes waar een helder rood vocht uitkomt.
- De huid kan rood en pijnlijk zijn.
- Soms verkleuring van de nagels en worden ze dik en bros.

Meestal beschermt de huid tegen schimmelinfecties. Als de bescher-

ming van de huid minder goed werkt, kunnen schimmels makkelijker de huid binnendringen.

De behandeling van voetschimmel bestaat uit het 2 x per dag aanbrengen van een antischimmelcrème. Na twee tot vier weken kunt u verbetering zien. Is dit niet het geval, neem dan contact op met uw huisarts.

"Kalknagels": als de schimmel ook de nagel is binnen gedrongen geeft dit een verkleuring en verdikking van de nagel. De nagel kan lokaal behandeld worden met een olie of vloeistof.

Voor advies en middelen voor de be-

handeling van een voetschimmel en de "kalknagel" (schimmelnagel) kunt u terecht bij de apotheek.

Een voetschimmel is besmettelijk en volgende adviezen kunnen helpen om een nieuwe infectie te voorkomen:

- Was de voeten zonder zeep
- Droog de voeten goed af, ook tussen de tenen
- Draag schone katoenen / wollen sokken die het transpiratievocht goed opnemen. Draag liever geen gesloten schoenen van rubber of plastic
- Draag slippers in ruimtes waar veel mensen op blote voeten lopen

Vitamine D



Vitamine D is belangrijk voor sterke botten en tanden en bevordert de opname van de mineralen calcium en fosfor in het lichaam. Vitamine D speelt ook een rol bij de weerstand en bij een goede werking van de spieren.

Vitamine D is een van de weinige vitamines die het lichaam zelf kan maken. De huid maakt vitamine D onder invloed van zonlicht. Dat kan alleen als u voldoende buitenkomt. Dat wil zeggen van maart tot november ten minste 15-30 min per dag in de buitenlucht bij een hoogstaande zon (tussen 11.00 en 15.00 uur) met ten minste de handen en het gezicht onbedekt. Voedingsmiddelen van dierlijke herkomst bevatten ook vita-

mine D. Aan bak- en braadproducten wordt vitamine D toegevoegd (niet aan olie). Toch is het voor bepaalde groepen aanbevolen om extra vitamine D te gebruiken. (Vitamine D wordt weergegeven in mcg of IE: 10 mcg is 400 IE en 20 mcg is 800 IE).

In de apotheek kunt u meer advies krijgen over het gebruik van vitamine D.

Groepen die het advies krijgen extra vitamine D te gebruiken zijn:

- Kinderen van 0-4 jaar 10 mcg
- Zwangere vrouwen 10 mcg
- Vrouwen vanaf 50 jaar 10 mcg
- Iedereen vanaf 70 jaar 20 mcg
- Mensen met een getinte of donkere huid 10 mcg
- Mensen die onvoldoende zonlicht op hun huid krijgen door bijv ploegendienst of het dragen van een sluier 10 mcg

Rebus Rebus Rebus

T=L  + -i  :  -s+-go+s

d+  -i   -v-sp 

p=d  -n  +  - kruk!



Winnaars winterrebus
Mevrouw H. Komen
Mevrouw J. Magnée - van der Kleij
De heer G. van Grinsven

Stuur de oplossing vóór

15 juni 2015 naar:

Alphense Apotheken,

Antwoordnummer 11401,

2400 VC, Alphen aan den Rijn

(geen postzegel) of mail naar:

oplossing@apotheekridderveld.nl

Er worden 3 prijzen verloof

onder de deelnemers.

Deze nieuwsbrief is een uitgave van onderstaande apotheken

Apotheek Allart	(0172) 42 10 00	www.apotheekallart.nl	DagNacht apotheek	(0172) 42 31 23	www.dagnachtapotheek.nl
Apotheek De Herenhof	(0172) 42 38 38	www.apotheekdeherenhof.nl	Apotheek Ter Aar	(0172) 60 50 00	www.apotheekteraar.nl
Apotheek De Hoge Zijde	(0172) 44 79 33	www.apotheekdehogezijde.nl	De Vijverapotheek	(0172) 74 55 00	www.devijverapotheek.nl
Apotheek Ridderveld	(0172) 42 34 34	www.apotheekridderveld.nl			