

Review Coschap Ouderengeneeskunde bij Tante Louise, Bergen op Zoom

Geschreven door Alexander coschap 02-2023 en aangevuld door Lotte augustus 08/2023

Coschap ouderengeneeskunde. Leuk... steunkousen voorschrijven aan dementerende ouderen die de kousen toch veel te strak vinden en na 5 minuten weer kwijt zijn waarvoor ze nodig zijn. Of het ontlastingspatroon uitvragen en toch maar weer een extra movicolon starten. In Bergen op Zoom. Waar??? Bijna in Zeeland, meer dan twee uur met de OV? Maar ik wil toch alleen maar kinderarts worden...

Zo moet je dus helemaal niet denken over het coschap hier bij Tante Louise. Ouderengeneeskunde is veel meer dan alleen maar steunkousen of movicolon voorschrijven. Komt geregeld voor maar meestal heb je hier toch te maken met de Champions-League-casussen van de geneeskunde. Een voorgeschiedenis die boeken vult, een medicatielijst die op een bestellijst van een apotheek lijkt en de eigenwijsheid van een ezel. Een behoorlijke uitdaging voor het co-assistentenbrein gevuld met theorie van 5 jaar studie die alle richtlijnen uit het hoofd kent (lees: weet te vinden op google of bij de ouderengeneeskunde verenso). Het is hier continue improviseren en de beste persoonsgerichte oplossing vinden.

Tantelouise is een grote zorggroep met heel veel locaties in de regio, ongeveer 900 opgenomen cliënten en een vakgroep van ongeveer 20 man sterk. Je kunt hier echt alles tegen komen. Er zijn super veel mogelijkheden om me te lopen.

Mogelijkheden:

- Meelopen paramedici/gespecialiseerd verpleegkundigen: fysiotherapeut, ergotherapeut, psycholoog, diëtetiek, logopedie, beweegagoog, diabetesverpleegkundige, Parkinson verpleegkundige, palliatief verpleegkundige, wondverpleegkundige, muziektherapeut, topklinisch verpleegkundig team en doktersassistente.
- Langdurige zorg in het verpleeghuis
- GRZ
- Hospice
- ELV/Eerstelijns

En mijn sterk advies hierin is ook: maak er gebruik van. Probeer zo veel mogelijk ook andere locaties te zien en met verschillende collega's mee te lopen. Iedereen is hier welkom en binnen de kleine familie van Tante Louise zijn alle dokters en paramedici heel laagdrempelig benaderbaar. Je mag ook heel veel dingen zelf doen als je maar erom vraagt, denk aan visites lopen, opnames doen, kleine verrichtingen, gesprekken met cliënten over de wens tot wat meer dagbesteding tot aan euthanasie. Er zijn te veel opties om met alles mee te lopen, dus je zal een selectie moeten maken van wat je zelf het meest interessant vindt. Wat ik persoonlijk grote aanraders vind zijn het hospice en de eerste lijn, vooral omdat deze aspecten van de geneeskunde in de opleiding tot nu toe nog niet aan bod gekomen zijn. Vooral het hospice vond ik indrukwekkend, wat voor een patiënten liggen hier? Hoe ziet een dag eruit en wat is er nog mogelijk? Daarnaast heb ik zelf dagdelen meegelopen met de ergo, wondvpc en palliatief team, wat ik een leuke afwisseling vond van het artsenvak. Uiteraard wordt je hierin altijd goed begeleid door je vaste co-assistentenopleider Specialist Ouderengeneeskunde(SO) en de andere SO's. Ook als je er even niet uitkomt om te kiezen tussen al die mogelijkheden die er zijn helpen ze je graag om mee te denken om het maximale uit je tijd te halen.

Er wordt verwacht, dat je een keer tijdens de overleggen een presentatie houdt over een onderwerp, wat je bent tegen gekomen/interessant vindt. Kan van alles zijn. Kies iets leuks en verras de vakgroep met de frisse blik van een co op een onderwerp binnen de instelling. Op medisch inhoudelijk vlak kun je veel leren. De collega's hebben allemaal een andere achtergrond en je kunt hiervan alleen maar leren. Van internistische achtergrond, buitenlandservaring of orthopedisch chirurg zit er een grote spreiding. Oefen zoveel mogelijk met het lichamenlijk onderzoek. Alles wat je tot nu toe geleerd hebt komt weer aan bod en dat heb je vaak ook echt nodig om erachter te komen wat er speelt. Aanvullend onderzoek behalve lab en ECG zit er namelijk vaak niet in en dan moet het met je lichamenlijk onderzoek doen en goed nadenken wat nu wijsheid is.

Ik zat de meeste tijd op Locatie Moermont en op Vissershaven. Op Moermont heb ik heel veel verschillende woningen (PG, PG+, Geronto, Somatisch, NAH etc.) gezien en op Vissershaven ken je op een gegeven moment bijna alle bewoners. Het is leuk om mensen over de tijd dat je hier bent te kunnen vervolgen.

Je hoofdtaken zijn niet veel anders dan in het ziekenhuis. Het is vooral (papieren)visite lopen met de zorg en cliënten beoordelen. Het doel is wel om zelf een beleid te bedenken en dat ook aan cliënt dan wel de familie te communiceren. Wat ik erg leuk en leerzaam vond aan dit coschap is dat je in de laatste 2 weken zo goed als zelfstandig de visite gaat lopen met de zorg en dit later met de SO overlegt. In het ziekenhuis was het voor mij toch al wel weer een tijd geleden dat ik visite gelopen had en dit was altijd met de arts-assistent samen, die dan stiekem toch vrij snel het gesprek weer overneemt. Nu had ik eindelijk de kans om te oefenen met het echt dokter zijn.

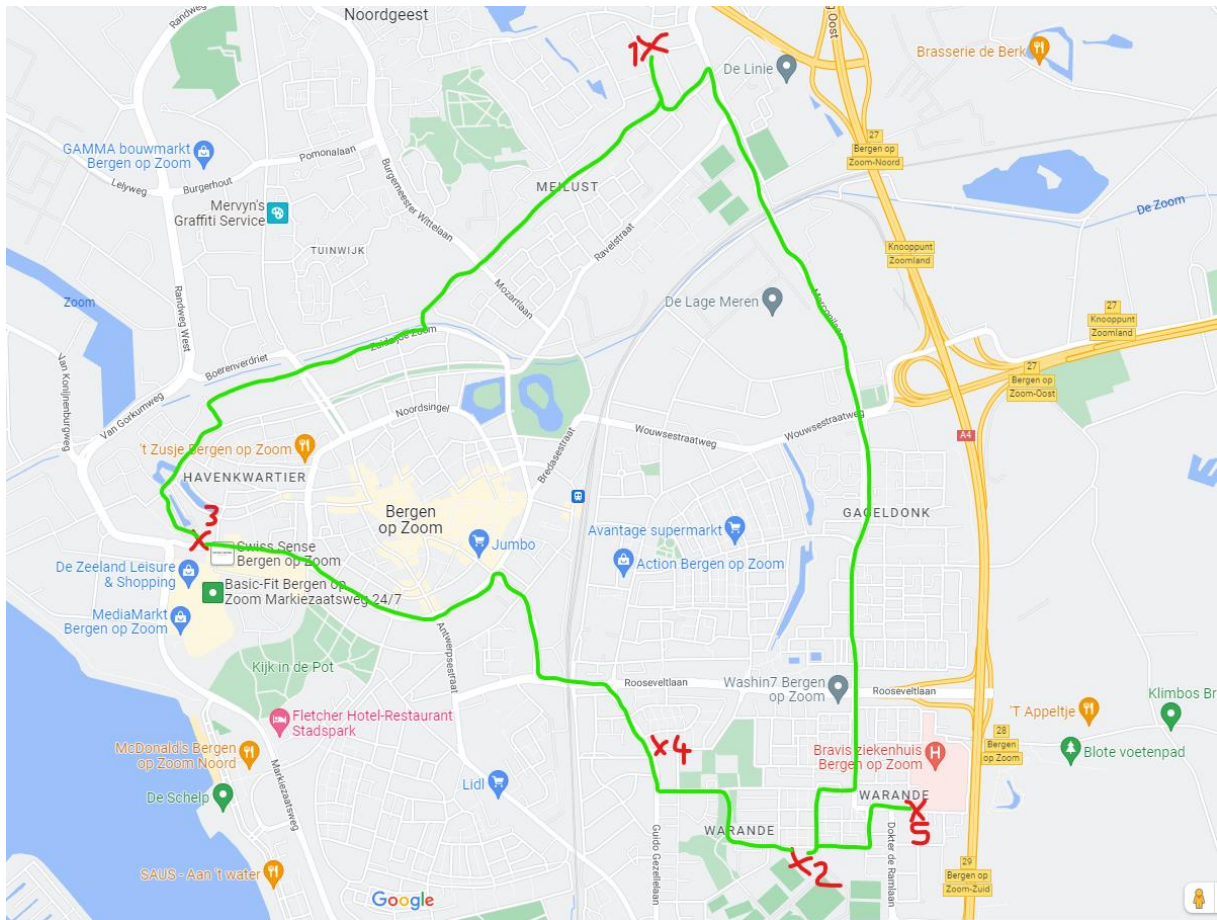
Bij hele ingewikkelde casussen met 5 verschillende psychofarmaca probleemgedrag en mogelijke interacties is dat nog wel eens te moeilijk maar probeer altijd mee te denken. De SO's vinden het helemaal niet erg als je bepaalde zaken niet precies weet, zolang je maar laat zien dat je meedenkt en enthousiast bent!

De ontwikkeling van de mensen te observeren en er ook zelf invloed op te kunnen nemen is bijzonder. Bijv. door antibiotica voor te schrijven bij een simpele of gecompliceerde UWI kunnen bewoners heel snel opknappen en je kunt het beloop dan heel goed volgen. Het kan echter ook heel snel achteruitgaan met mensen hier en een simpel probleem laat ze zomaar ontregelen, onrustig worden en binnen een paar uren/dagen zijn ze in het ziekenhuis beland (mits ze dat nog willen), zwaar beperkt t.o.v. het preexistente functioneren of zelfs overleden.

Je krijgt een eigen tas met, sleutels voor alles een werkcomputer en telefoon zodat je altijd bereikbaar bent. Toegang tot alle benodigde systemen is als het goed is voor je geregeld en wat mij betreft lukt het ook uitstekend om met die systemen te werken. Het zijn wel drie verschillende programma's waarin je zit (YSIS (ECD), Medimo (EVS), ONS (cliëntdossier)). Bij problemen kun je altijd bij Ans, de ondersteuner van de Medische staf of de ICT-lijn terecht. Er wordt hardt gewerkt voor je om je coschap goed te laten verlopen en zowel Ans als ook je coassistentenopleider SO Iris denken altijd met je mee.

Hieronder ook een kaart met de belangrijkste fietsroutes van de een naar de andere locatie.
1 Locatie Moermont, 2 Jaquelineflat en Logeerkamer, 3 Vissershaven, 4 Hospice de Markies,

5 GRZ, Bravis. Alles is eigenlijk binnen 10-15 min met de fiets bereikbaar. Vanuit de Jaquelineflat naar Moermont is het bijv. 3-4 km fietsen.



Mijn aanbevelingen voor het Coschap (naast de reguliere taken op Moermont en Vissershaven):

- Ga tenminste een keer mee op visite in de eerst lijn, contact in de thuissituatie is toch wel bijzonder
- Ga opnames doen bij de GRZ
- Ga een keer mee met de bereikbare dienst. (Kan ook s avonds maar hoeft niet)
- Ga tenminste een keer schouwen, vaak vroeg s ochtends met de bereikbare dienst
- Ga een keer naar het hospice en loop daar visite mee en ga met mensen in gewoon gesprek
- Ga een keer met de wondverpleegkundige mee
- Ga een keer mee met het palliatief team.
- Ga een keer met de diëtiste, ergo, fysio mee zowel op de locaties als ook bij de GRZ en vergelijk
- Ga een keer bij de logopedie aansluiten, heel leuk om de verschillende smaken hierin te zien
- Op dinsdagmiddag is er om 16 uur altijd Yoga voor de medewerkers in de GRZ. Hier doen verschillende fysio/ergotherapeuten aan mee en ook SO marga is altijd van de partij. Ik zorgde er zelf altijd voor dat ik dinsdagmiddag bij de GRZ was en mijn sportkleden bij me had zodat ik hier aan kon sluiten!

Als je meegaat naar een andere locatie is het vaak mogelijk om mee te rijden maar soms is het ook handig om met de eigen auto of via de fiets te gaan.

Logeerkamer Jaquelineflat

Wat heel fijn is aan deze coschap is, dat je in Bergen op Zoom kunt blijven slapen. Je hebt daar alle voorzieningen om de tijd door te komen. De Sleutel voor de kamer ligt in het sleutelkastje en de fietssleutel heeft de vorige coassistent als het goed is voor je in de kamer achtergelaten. Met de tag die voor je achtergelaten is kun je via buitenlangs de gang inkomen als de tussendeur dicht is (die gaat rond 18:30 dicht). De buitendeur is de deur die hier recht tegenover zit. Je kan dus na 18:30 niet meer via de hoofdingang naar binnen omdat dan de tussendeur dichtzit, mocht je je tag echter een keer vergeten of op zondagavond laat aankomen de eerste avond dan kun je gewoon aanbellen en doet een medewerker open.

- eigen badkamer, magnetron, kleine koelkast, TV en waterkoker
- Handdoeken, beddengoed enz. zijn in de linnenkamer naast de logeerkamer aanwezig (toegang met de vierkantsleutel aan je sleutelbos),
- vaat krijgt je in het restaurant en bij de keuken kun je ook de vieze vaat neerzetten
- aan het einde van de gang waar ook de sleutelkast voor de kamersleutel hangt heb je een koffieautomaat met heet water een koffie,
- Bij de koffieautomaat door de dubbele glasdeur heen kun je ook je afval en vieze handdoeken/bedengoed kwijt.
- Iets verder dan de Koffieautomaat heb je ook een verpleegpost direct rechts. Ze helpen je graag.
- Daar in de buurt heb je ook een schoonmaakkamer waar je een stofzuiger kunt lenen, deze zit als je vanaf de koffieautomaat doorloopt de gang in en dan de eerste kamer links.
- Ik heb zo'n Ikea sleutel (geen idee hoe zo'n ding heet) gekocht zodat je zelf het zadel van de fiets hoger en lager kan zetten, deze ligt in de kledingkast op de slaapkamer.
- Je hebt geen mogelijkheid tot koken, dus meestal nam ik bakjes met eten mee vanuit Nijmegen na het weekend. Daarnaast is couscoussalade altijd een goede optie (zeker twee dagen per week gegeten hier) en de stoommaaltijden van de appie zijn ook erg lekker.

Als je verder iets nodig hebt, vraag het vooral aan de medewerkers in de Jaqueline. Ze helpen je graag verder en zijn allemaal heel vriendelijk.

Bovendien heb je een goede leenfiets ter beschikking. Het staat in de fietsenkelder aan de andere kant van het gebouw. Je moet dus binnendoor langs de hoofdingang, voorbij het restaurant en een billard tafel. Aan het einde van die gang kun je met de trap naar beneden. Twee keer rechtsom om het hoekje staat de fiets achter de deur van de medewerkersfietsenstalling. Met je tag kom je dan naar buiten.

Voor de vrije tijd

De dag bestaat natuurlijk niet alleen uit coschappen lopen. Meestal ben je redelijk op tijd klaar om 17:00 en dan is het wel aan te raden nog een keer kennis te maken met Bergen op Zoom en de omgeving.

- De binnenstad is mooi, dus ga daar vooral een keer langs
- Fiets een keer rondom de Binnenschelde (rondje 7km + weg ernaartoe), of ga in de zomer daar aan het strand zitten. Of fiets naar de schelde en wandel er rond omheen!
- Bezoekerscentrum Kraaijenberg is ook niet ver (2-3km),
- In het bos net over de snelweg voorbij het Bravis Ziekenhuis kun je mooi wandelen. Je kunt achter het ziekenhuis door een tunnel onder de snelweg door. Hierachter heb je landgoed lievensberg zitten, dit is de perfecte locatie om een rondje te wandelen of hard te lopen tussen het bos en de heidevelden door! En het is op maar 10 a 15 minuten lopen van de Jacqueline flat.
- Op de Bergse plaat (de Plaat genoemd) kun je mooi aan het water wandelen, aan de zuidzijde staan prachtige huizen en is er veel natuur te zien (Reimerswaalpark etc).
- Antwerpen is niet ver en zeker een aanrader.
- De zeelandse stranden zijn met de auto goed bereikbaar, zoutelande is 45 minuten rijden, maar wel de grootste aanrader!
- Op de Oesterdam kun je kitesurfers observeren
- Met de trein zijn in zeeland middelburg en zierikzee goed bereikbaar. Ik ben zelf tijdens dit coschap erg vaak naar zeeland geweest in de avonden omdat je er normaal natuurlijk niet snel komt vanuit Nijmegen en ik hier in augustus (dus met mooi weer) zat. Nu had ik wel het geluk dat ik een auto had een deel van het coschap, waardoor ik makkelijk hiermee naar zeeland kon rijden.
- Bij restaurant de Berk heb je een leuk meertje en bos om te wandelen, dit is op een kwartiertje fietsen vanaf de Jacqueline flat.
- Als je zin hebt om te winkelen is Goes met de trein goed te doen. Het is er op donderdag koopavond en ze hebben een mooi centrum met schattig haventje.
- Daarnaast vond ik het zelf eigenlijk ook wel fijn om even een maandje geen vaste planning te hebben in de avonden. In Nijmegen raakt je agenda toch altijd vrij snel vol en heb je toch al snel meerdere avonden per week wat gepland staan. Hier deed ik lekker waar ik zelf zin in had en was ik vooral veel aan het wandelen en op ontdekking in de omgeving zonder dat ik een agenda had waar ik rekening mee moest houden.

Ten slotte: Vul deze lijst/review graag aan met je eigen ervaringen zodat ook andere coassistenten hiervan gebruik kunnen maken.

Geniet van je coschap hier in Bergen op Zoom. Het is echt niet verstopt zijn in het achterste hoekje van Nederland maar meer een warme welkomst in de gezellige familie van Tante Louise waarvan je alleen maar kunt leren. Je wordt hier zoals het in zuiden gaat met de echte Brabantse gastvrijheid verwelkomt en gaat een erg leuk coschap tegemoet!