



Huisartsenpraktijk
Wijngaardenlaan

Huisartsenpraktijk Wijngaardenlaan
Wijngaardenlaan 2
2252 XN Voorschoten
Tel: 071 - 561 2520
Email: info@huisartswijngaardenlaan.nl
Website: www.huisartswijngaardenlaan.nl

Nieuwsbrief zomer 2025



Agenda 2025

Er is geen avondsprekuren op:
21 juli t/m 25 augustus 2025

Er is geen vroege vogel spreekuren op:
24 juli t/m 28 augustus 2025

- Jelmer Gaastra vakantie:
21 juli t/m 8 augustus 2025
- Claartje Gosselaar vakantie:
11 t/m 29 augustus 2025

Voor in uw agenda:
zaterdag 1 november 2025: Griep- en
pneumokokkenvaccinatie 2025

Tijdens de zomervakantie zijn wij gewoon geopend. Er zijn **wel minder** spreekuren dan normaal, waardoor het soms wat langer kan duren voordat u terecht kunt. We vragen uw begrip hiervoor. Tevens is het niet altijd mogelijk om online een afspraak in te plannen. Wij vragen u daar rekening mee te houden. Reguliere, niet-spoedeisende controle afspraken zullen op een ander moment moeten worden ingepland.



HELP IK HEB EEN TEEK!



Als de teek korter dan 24 uur in je huid zat?

Heb je de teek ontdekt, haal deze dan direct weg met een pincet? Heeft de teek minder dan 24 uur op je huid gezeten? Dan is de kans op de ziekte van Lyme klein.

- Medicijnen zijn niet nodig. Die hebben dan meer nadelen dan voordelen.
- Je kunt dan beter de komende 3 maanden opletten of je een vlek krijgt rond de tekenbeet. Of op een andere plek van je lichaam.

De teek zit langer dan 24 uur in je huid?

Denk je dat de teek al langer dan 24 uur in je huid heeft gezeten? Dan kun je kiezen tussen je huid controleren of medicijnen. Bespreek dit met je huisarts.

Controleren: Let de komende 3 maanden op of je een vlek op je huid krijgt of ziek

wordt:

- De **vlek** kan rond de tekenbeet zitten. Of op een andere plek van je lichaam. De kans dat je een vlek krijgt is klein: van de 100 mensen die een tekenbeet hebben, krijgen 2 of 3 een vlek.
- Als je **ziek** wordt, kun je deze klachten hebben: een ziek gevoel, hoofdpijn, pijn in je gewrichten en minder kracht. Als je een vlek krijgt of ziek wordt, bel dan je huisarts.
- Je kunt **medicijnen** slikken die bacteriën doden. Dit hoeft maar 1 keer. Slik ze wel **binnen 72 uur na het weghalen** van de teek. Bel hiervoor de huisarts. Er kunnen wel bijwerkingen van de antibiotica optreden zoals maagpijn, diarree en misselijkheid. Voor meer informatie over de tekenbeet kijkt u op thuisarts.nl.

SAVE THE DATE: ZATERDAG 1 NOVEMBER 2025

Griep- en pneumokokkenvaccinatie



Zaterdag 1 november zullen wij net als voorgaande jaren de griep- en pneumokokkenvaccinatie voor u verzorgen. U ontvangt hierover nog een gepersonaliseerde uitnodiging. Op de uitnodiging staat een unieke QR code. Deze kunt u bij de vaccinatie laten scannen. Houdt uw mailbox goed in de gaten en zet de datum alvast in uw agenda.

N.B. Gebruikt u samen met uw partner hetzelfde emailadres, dan raden wij u aan om een eigen mailadres door te geven, zodat de uitnodiging persoonlijk kan worden verstuurd. Dit kunt u [HIER](#)

doorgeven.

Pneumokokkenvaccinatie

De prik tegen pneumokokken beschermt u tegen het krijgen van ziekten die worden veroorzaakt door pneumokokken. Dit najaar krijgen mensen van 60 jaar (geboren in 1965) en mensen van 78 jaar en ouder (geboren in 1947 of daarvoor) een uitnodiging van uw huisarts voor een gratis vaccinatie. De prik werkt langdurig en kan ernstige ziekte, ziekenhuisopname en sterfte voorkomen.

Griepvaccinatie

Griep is voor veel mensen een redelijk onschuldig virus. Maar mensen van 60 jaar en ouder en [mensen met bepaalde medische aandoeningen](#) kunnen er ernstig ziek van worden. Daarom krijgen zij een uitnodiging om de grieprik te halen. Dat is de beste bescherming tegen de griep. Door de grieprik hebben mensen gemiddeld 40% minder kans op ziekenhuisopname. Ook is de kans op het besmetten van anderen kleiner. Als mensen toch griep krijgen, worden ze er vaak minder ziek van.

Vitaminegebrek? Meestal niet!

Bloedonderzoek is bijna nooit nodig

Niet prikken maar slikken

vitamine D

Slik vitamine D als u

- * weinig buiten komt
- * een donkere huidskleur heeft
- * een sluier of burka draagt
- * zwanger bent
- * vrouw ouder dan 50 jaar bent
- * ouder dan 70 bent

En geef het uw kinderen tot 4 jaar.

Neem de folder mee!
Voor meer informatie thuisarts.nl

vitamine B12

voldoende door voeding

Overleg met de huisarts als u klachten heeft en

- * medicijnen slijt voor maagklachten of diabetes
- * dagelijks veel alcohol drinkt en daarnaast weinig eet
- * een darmziekte heeft

Bent u veganist?
Slik dan vitamine B12.

[Doen of laten?](#)

Patiëntenquête 2025

Uw mening over onze huisartsen en praktijk is erg belangrijk. Daarom vragen wij u onderstaande vragenlijsten in te vullen. Met de uitkomsten kunnen we u namelijk nog beter van dienst zijn. Maar ook als u tevreden bent, is dat fijn om te horen.

Onderstaande vragenlijsten hebben betrekking op één specifieke huisarts. Het is dus belangrijk te weten bij welke huisarts u bent geweest. Daarnaast is er ook een vragenlijst voor de praktijk in het algemeen.

Door op de link van de praktijk en van de juiste huisarts te klikken kunt u de enquête invullen. Extra aan- of opmerkingen zijn ook welkom bij de extra velden. Mist u bijvoorbeeld iets in ons zorgaanbod? We staan open voor suggesties.

Bij voorbaat dank hiervoor!

- [Enquête over de praktijk in het algemeen](#)
- [Enquête Jelmer Gastra](#)
- [Enquête Claartje Gosselaar](#)
- [Enquête Olwen van der Voort van der Kley](#)
- [Enquête Dideke Teunissen](#)





Website



Thuisarts

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).

U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#).

Voor een goede ontvangst voegt u administratie@huisartswijngaardenlaan.nl toe aan uw adresboek.