

# UZ-MAGAZINE



Versijnt driemaandijks  
jg 33 - september-oktober-november 2017

## VRIJEN ALS JE ZIEK BENT

---

**AFWIJKEND UITSTRIJKJE  
WAT NU?**

---

**ONTROERENDE VERHALEN  
UIT DE KOFFIESHOP**

---

**HERSENINFARCT OF -BLOEDING  
KEN JE HET VERSCHIL?**

**Gratis**  
Neem mee!

★★★★★  
service-  
residentie

# Ter Korbeke

## Onbezorgd wonen en genieten



- Luxueuze serviceflats in een park van 2 Ha.
- Rustige ligging op 5 km van centrum Leuven
- Restaurant, cafetaria, animatie, poetsdienst, kapsalon, fitness, beautycentrum, wassalon, boodschappendienst, medische verzorging.
- Personenalarm met 24/24 permanentie

Oudebaan 106 - 3360 Bierbeek

Tel: 016/46 39 25

[www.terkorbeke.be](http://www.terkorbeke.be)



*Standingvolle service-residenties  
als investering of eigen bewoning*

*Op de beste locaties in  
Knokke, Leuven en Brussel*

*Met een uiterst volledig gamma  
residentiële diensten*

*Beleggen in serviceflats  
veilig, rendabel, zeker*

[www.Select-Residence.be](http://www.Select-Residence.be)

# els

els optics

OPTIEK - CONTACTLENSLABO

GESPECIALISEERD IN  
MULTIFOCAL BRILLENGLAZEN



Ray-Ban - Calvin Klein - Prodesign  
Serengeti - Bellinger - Valentino  
Chloé - Jil Sander - Ralph Lauren  
Liu-Jo - G-Star Raw - Jimmy Choo...

**15% OP MONTUREN,  
GLAZEN EN ZONNEBRILLEN**

op vertoon of vermelding  
van deze advertentie of UZ-kaart  
niet cumuleerbaar met andere acties

els optics

Vital Decosterstraat 28A - 3000 Leuven

016/23 85 02 - [www.els-optics.be](http://www.els-optics.be)

ma-vrij: 10u-18u - zat.: 10u-17u  
donderdag gesloten

## IN DIT NUMMER



**30** DORP IN DE STAD

Ontroerende verhalen uit de koffieshop.



**4**

### IN BEELD

Zo onderzoekt een patholoog heel snel of weefsel kwaadaardig is.



**8**

### ELKE MINUUT TELT

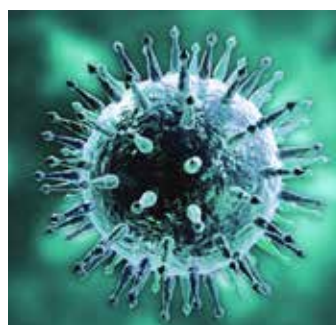
Attaque of beroerte, CVA of herseninfarct: ken je het verschil?



**12**

### VRIJEN ALS JE ZIEK BENT

Niet eenvoudig: praten over je seksleven tijdens ziekte of behandeling.



**18**

### 7X GRIEP

Kunnen we griep definitief uitroeien? 7 straffe feiten over griep.



**22**

### MOEILIJKE VRAGEN

Van de seventies tot 2017: de evolutie van de ethische commissie van het ziekenhuis.



**26**

### AFWIJKEND UITSTRIJKJE: WAT NU?

Paniek is niet nodig, goede opvolging wel.

## EN VERDER

**6**

### JOURNAAL

Nieuws uit UZ Leuven

**17**

### COLUMN

Pastor Danny over dat wat ons overeind houdt

**38**

### RECEPT

Italiaanse frittata: eierweetjes

## CONTACT

### REDACTIEADRES

UZ Leuven - dienst communicatie  
Herestraat 49 - 3000 Leuven  
tel. 016 34 49 55  
uzmagazine@uzleuven.be



Like ons op  
[facebook.com/uzleuven](https://facebook.com/uzleuven)





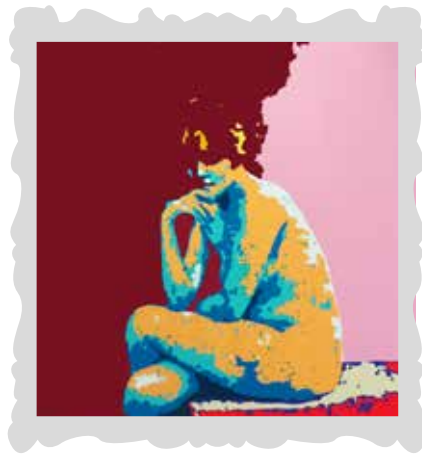


# IJZIG

## SNELLE PLAKJES

Wie in de gangen van campus Gasthuisberg loopt, beseft het vaak niet: boven ons hoofd zweven dagelijks duizenden bloed- en weefselstalen via buizenpost naar het laboratorium. Want soms moet het snel gaan, zoals bij weefsel dat net door een chirurg uit een patiënt gesneden is en in het lab voor vriescoupes onderzocht wordt. Binnen de twee minuten is het stukje weefsel van het operatiekwartier in het lab. En binnen het half uur geeft de patholoog zijn diagnose: is dit kwaadaardig kankerweefsel? Het weefsel wordt bevroren en in 'plakjes' gesneden, waardoor de vermoedelijke tumor haarfijn te zien is. Op basis van die resultaten kan de chirurg doelgericht zijn operatie voortzetten. Dankzij videocommunicatie kunnen de beelden uit het lab direct naar de operatiekamer gestreamd worden.

# POPART IN HET ZIEKENHUIS



Onze gedachten zijn al te vaak grijs en donker, vindt kunstenaar Cella Van Haverbeke. Dus maakt hij de wereld graag wat mooier met kleur. Hij is fan van popart uit de jaren zestig en zeventig. Andy Warhol, Lichtenstein, Raveel en Alechinsky zijn zijn grote voorbeelden. Met een speciale zeefdruktechniek en felle kleuren geeft Cella dagelijkse beelden een nieuw leven. Vanaf 20 november exposeert Cella in de bezoekersgang van campus Gasthuisberg, met onder meer *Hommage Royal* en *Penseuse*.

Elke twee maanden krijgen nieuwe kunstenaars de kans om hun werken te presenteren in de bezoekersgang van campus Gasthuisberg. Van 25 september tot 17 november betoveren cursisten kalligrafie de muren van het ziekenhuis. Check ook de andere geplande tentoonstellingen van Kunst in het ziekenhuis: [www.uzleuven.be/kunstinhetziekenhuis](http://www.uzleuven.be/kunstinhetziekenhuis).



# SPOED DERDE REEKS



Maar liefst 1,19 miljoen kijkers volgden de tweede reeks van *Spoed 24/7* op Eén. Dus besloten de makers om nog voor een derde reeks te gaan, die in de loop van dit najaar op de buis komt. In *Spoed 24/7* volg je het wel en wee van patiënten die op de spoedafdeling van campus Gasthuisberg terechtkomen. Patiënten en zorgverleners geven natuurlijk eerst hun goedkeuring om in beeld te komen. De 60 vaste camera's en microfoons die voor deze derde reeks op de spoedgevallendienst geïnstalleerd werden, zijn ondertussen weer weg. Het resultaat van de opnames in het voorjaar zie je in het najaar op Eén.



# DO'S EN DONT'S VAN GEZOND ETEN



Broccoli een superfood? Brood een dikmaker? Fout, zeggen de voedingsdeskundigen van UZ Leuven. Er bestaan geen goede en slechte voedingsmiddelen, alleen goede en slechte eetgewoonten. Als je gezondheidsproblemen wil vermijden, volg je het best de vijf vuistregels voor een gezonde levensstijl:

**1**  
Zorg voor regelmaat

**2**  
Breng variatie in je voeding

**3**  
Denk in porties

**4**  
Drink water

**5**  
Beweeg

Om alles nog eens op een rijtje te zetten, is er nu een animatiefilm die je gidst langs de do's en dont's van gezond eten: [www.uzleuven.be/voeding](http://www.uzleuven.be/voeding)

## BLIJF DICHTBIJ



Als je partner of familielid in het ziekenhuis moet overnachten, wil je soms dicht in de buurt blijven. Dat kan met een verblijf in campus Sint-Pieter in de Brusselsestraat. Je logeert er in eenvoudig ingerichte een- of tweepersoonskamers met ontbijt voor respectievelijk 20 of 10 euro per persoon per overnachting. In het verblijf voor familie zijn op vaste tijdstippen ook vrijwilligers aanwezig: zij zorgen ervoor dat je je kunt thuis voelen, ook op moeilijke momenten.

Meer info

016 33 73 20 of [www.uzleuven.be/familieverblijf](http://www.uzleuven.be/familieverblijf)

## PRATEN OVER HET EINDE

Het is niet eenvoudig: praten over palliatieve zorg of euthanasie. Iedereen met vragen over dat thema kan twee dagen per week terecht aan de infodesk in campus Gasthuisberg. Heb je vragen over de palliatieve zorgmogelijkheden in UZ Leuven? Wil je advies over hoe je een gesprek over het onderwerp kunt aangaan met je arts of verpleegkundigen? Je vindt de infodesk in campus Gasthuisberg aan de bibliotheek, elke maandag en donderdag tussen 14 en 16 uur. Een afspraak is niet nodig.



ELKE MINUUT TELT  
**BEROERTES**



Een attaque of een beroerte? Een herseninfarct, CVA of hersenbloeding? Hoewel ze vaak voorkomen, worden de termen door elkaar gebruikt.

Ken jij het verschil?

TEKST: JAN BOSTEELS



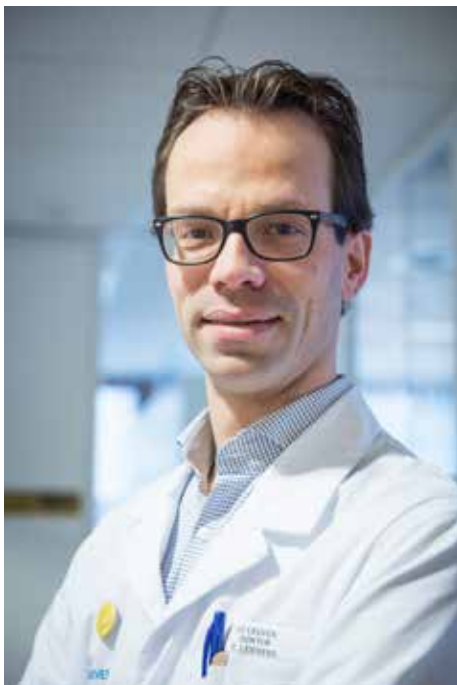
**A**rtsen spreken over een CVA, in de volksmond heeft men het over een beroerte. Maar is een herseninfarct hetzelfde als een hersenbloeding?

### CVA

Dat zijn vragen voor een neuroloog, dus trekken we naar prof. dr. Robin Lemmens: “Een CVA of cerebrovasculair accident is de verzamelterm voor aandoeningen waarbij er een probleem is met bloedvaten in de hersenen. Bij verminderde zuurstoftoevoer in de bloedvaten van de hersenen sterft een deel van de hersenen af. Wanneer er een scheurtje voorkomt in een bloedvat, krijg je een hersenbloeding. Dat is wat gebeurt bij 10 tot 20 procent van de CVAs.

In 80 tot 90 procent van de gevallen gaat het over wat oudere mensen een ‘attaque’ noemen. Artsen spreken dan over een ischemische beroerte: een bloedklontertje blokkeert een bloedvat in de hersenen, waardoor er minder bloed naar een bepaald deel van de hersenen stroomt. Voor wie de terminologie helemaal wil begrijpen: het woord ‘ischemisch’ duidt op een verminderde bloeddorstrooming en dus minder zuurstoftoevoer. ‘Trombose’ is eigenlijk vakjargon voor het bloedklontertje dat het bloedvat verspert. En het woord ‘herseninfarct’ is ook niet fout: het beschrijft het gevolg van de ischemische beroerte, met name het afsterven van een deel van de hersenen.

Beroerte is wereldwijd de tweede doodsoorzaak, na hartinfarcten. Elk jaar krijgen zo’n 20 000 mensen in België een beroerte: dat zijn er gemiddeld 50 tot 60 per dag. Afhankelijk van de ernst van de beroerte en de leeftijd van de patiënt kunnen mensen overlijden na een beroerte. Van degenen die een beroerte wel overleven, houden de meesten er blijvende beperkingen aan over.



*“Hersencellen kunnen geen beroep doen op andere systemen om aan energie te geraken”*

*prof. dr. Robin Lemmens*

### GLUCOSE

Waarom zijn onze hersenen niet bestand tegen het afsluiten van een bloedvatje? Professor Lemmens: “De hersenen hebben een grote energiebehoefte, wat blijkt uit het feit dat ze 20 procent verbruiken van alle zuurstof die we opnemen. Zenuw- en hersencellen zijn, in tegenstelling tot andere organen, volledig afhankelijk van suiker en glucose. Hersencellen kunnen geen beroep doen op andere systemen om aan energie te geraken. Wanneer de toevoer van die vitale voedingsstoffen stilvalt, sterven ze snel af. Een ander probleem is dat wanneer hersencellen afsterven, er niets voor in de plaats komt. Hoe sneller we kunnen ingrijpen, hoe meer we de schade kunnen beperken.”

### TIA

Een ischemische beroerte wordt soms voorafgegaan door voorbijgaande symptomen. De artsen spreken dan over een TIA of Transient Ischemic Attack, een voorbijgaande ischemische aanval. Bij een TIA is er een tijdelijke vermindering van de bloedtoevoer naar een bepaald gebied in de hersenen, wat leidt tot beroertesymptomen die gelukkig vanzelf weer verdwijnen. Hoewel die verschijnselen niet blijvend zijn, is het belangrijk om snel een dokter te raadplegen. “Een TIA is een medische urgentie. Het is erg belangrijk dat we de oorzaak van de TIA vinden, zodat we een beroerte kunnen voorkomen. In UZ Leuven hebben we daarvoor een TIA-kliniek. Bedoeling is om binnen enkele uren te achterhalen of er een hoog risico is op een beroerte. En zo ja, om een geschikte behandeling te starten om dat te voorkomen.”

Met een gezonde levensstijl en een goede preventieve behandeling zouden heel wat beroertes en TIA's kunnen worden vermeden. Hoge bloeddruk, cholesterol, suikerziekte, overgewicht, roken of te weinig

beweging: het zijn allemaal factoren die het risico op een beroerte aanzienlijk verhogen.

### BEHANDELING

Een ischemische beroerte kan op het acute moment op twee manieren behandeld worden. “Wanneer een patiënt met symptomen van een beroerte binnenkomt, bekijken we met een snelle scan of het inderdaad over een ischemische beroerte gaat en niet over een hersenbloeding. Als het geen hersenbloeding is, geven we zo snel mogelijk een intraveneuze bloedklonteroplosser, die de bloedklonter doet verdwijnen en zo hopelijk verdere schade aan de hersenen voorkomt. Maar dat is enkel mogelijk in de eerste vier tot vijf uur na het begin van de symptomen. Hoe eerder we de behandeling kunnen starten, hoe groter de kans op herstel. We zouden liefst iedereen binnen het uur na het begin van de symptomen willen behandelen.”

Soms is zo'n bloedklonteroplossing niet voldoende, bijvoorbeeld wanneer de bloedklonter in een groot bloedvat zit. In UZ Leuven kun je daarvoor al bijna tien jaar een speciale behandeling krijgen met een katheter via de bloedvaten. Een interventioneel radioloog gaat daarbij met een buisje dat via de lies wordt ingebracht, naar de bloedklonter in de hersenen. Daar wordt de klonter verwijderd uit het verstopte bloedvat, zodat de bloedvoorziening naar de hersenen weer kan herstellen. Professor Lemmens: “Het is pas sinds begin 2015 bewezen dat die behandeling voor een deel van de patiënten met een beroerte enorme verbeteringen oplevert. Daarbij geldt opnieuw: hoe eerder hoe beter. Het is de grootste evolutie in de behandeling van ischemische beroertes in de laatste twintig jaar. Omdat de behandeling nog niet mogelijk is in alle Vlaamse ziekenhuizen, is een samenwerking tussen ziekenhuizen nodig, zoals we in Leuven doen met onze netwerkziekenhuizen. In de hoop dat zo elke patiënt in België de kans heeft om die katheterbehandeling te krijgen als het nodig is.” 

## BEROERTE HERKENNEN? DOE DE FAST-TEST

**Snel ingrijpen is de boodschap wanneer iemand door een beroerte getroffen wordt. Het Engelse letterwoord FAST (Face – Arm – Speech – Test) is daarvoor het ezelsbruggetje. Breng een patiënt met deze symptomen zo snel mogelijk naar het ziekenhuis.**

- **Face (gezicht):** vraag de getroffen persoon te glimlachen of om zijn tanden te tonen. Een scheve mond of afhangende mondhoek kan op een beroerte wijzen.



- **Arm:** laat de persoon met gesloten ogen beide armen voor zich uitstrekken met de binnenkant van de arm naar boven. Als een arm wegzakt, kan dat wijzen op een beroerte.

- **Speech (spraak):** is er verandering in het spreken opgetreden? Stel vragen. Wanneer de persoon moeite heeft om je te begrijpen of te antwoorden, kan dat wijzen op een beroerte.



- **Time (tijd):** noteer wanneer de klachten begonnen zijn, bel 112 of begeef je naar de spoedafdeling. Bij een beroerte is het van het allergrootste belang om snel in te grijpen om verdere schade te voorkomen.

**Meer info op**  
[www.herkeneenberoerte.be](http://www.herkeneenberoerte.be)  
[www.uzleuven.be/tia](http://www.uzleuven.be/tia)



## Zorgzame aandacht en menselijke warmte

Wij bieden u een ruim aanbod aan wonen of extra ondersteuning thuis. Overdag bent u welkom in het dagcentrum, 's nachts bieden wij hulp aan huis. Kom voor al uw vragen over dementie gratis naar het inloophuis. Wij hebben bijzondere aandacht voor palliatieve zorg. Voor info, activiteiten of cursussen voor senioren kan u terecht in het lokaal dienstencentrum. Kwaliteitsvol wonen begint met gemotiveerde en deskundige medewerkers.



Bel 016/490811

mail : [info@stbernardus.be](mailto:info@stbernardus.be)

[www.stbernardus.be](http://www.stbernardus.be)



### REVALIDEREN - BEWEGEN - CONDITIE



### ONZE TROEVEN

**Maatwerk** • Korte levertijd • Showroom 300 m<sup>2</sup>

**Professioneel advies** • Design fitness-toestellen  
Uitgebreide keuze • Prijs / kwaliteit • Service na verkoop

**Alle merken** • Kettler, Tunturi, Finnlo, Matrix, WaterRower, Bowflex

**Levering en montage** over gans België

**Toonzaal:** 300 m<sup>2</sup> • Kom je toestel uittesten!  
Staatsbaan 241 • 3210 Lubbeek • 016 60 10 25  
Email: [info@mtfitnessshop.be](mailto:info@mtfitnessshop.be)

#### STEEDS SPECIALE VOORWAARDEN

De **M&T Fitness Shop** is **open op ZONDAG** van 11 tot 17 uur  
Dinsdag tot zaterdag open vanaf 10 tot 18 uur  
Maandag gesloten

**Fitness-toestellen voor de particulier, bedrijven  
en professionele centra**

### WELLNESS - SAUNA - INFRAROOD



**FINNLO**  
FITNESS SYSTEMS



**MATRIX**

**TUNTURI**  
WORLDWIDE FITNESS

[WWW.MTFITNESSSHOP.BE](http://WWW.MTFITNESSSHOP.BE)

**M&T**  
**FITNESS**  
**S H O P**



# VRIJEN ALS JE ZIEK BENT

“Hoe moet het nu verder met mijn seksleven?” Het is niet de eerste vraag die je je stelt wanneer je ernstig ziek bent. De gevolgen van ziekte en behandelingen kunnen groot zijn.

Maar wie seks belangrijk vindt, zal na verloop van tijd toch een nieuwe weg moeten zoeken. Een gesprek met een professional kan helpen.

TEKST: ISABELLE ROSSAERT



**D**e impact van een ziekte op seksualiteit wordt in een ziekenhuis vaak onderschat en te weinig besproken”, zegt professor Paul Enzlin, klinisch seksuoloog en relatietherapeut in UPC KU Leuven. “Seks gaat gepaard met onder andere een verhoogde bloeddorstrooming naar de genitaliën en met spanning. Dat betekent dat je voor seks een gezond hart en goed werkende bloedvaten, spieren, zenuwen en hormonen nodig hebt. Dus elke aanpak met een impact op die systemen, kan invloed hebben op je seksualiteit. Los van de ziekte kan ook de behandeling een invloed hebben. Bij een chirurgische ingreep in de onderbuik kunnen zenuwbanen worden geraakt. Bij het wegnemen van de eierstokken, de bron van oestrogenen, komen vrouwen vervroegd in de menopauze. Medicatie kan ook een invloed hebben op het seksueel functioneren. Pijn en vermoeidheid, die nog lang na een ziekte kunnen aanslepen, zijn evenmin bevorderlijk voor de beleving van seksualiteit.”

### VERWERKINGSPROCES

Wie zich minder goed in zijn vel voelt, merkt dat ook aan zijn seksleven. Professor Paul Enzlin: “Afscheid nemen van een gezond lichaam vraagt een heel verwerkingsproces. Behalve met de diagnose zal je moeten leren leven met de behandeling en de gevolgen, eventueel met angst voor herval. En dat geldt ook voor de partner. Na een ingreep die grote littekens nalaat of tot een stoma leidt, vragen mensen zich wel eens af: ‘Ben ik nog aantrekkelijk voor mijn partner?’ En een zieke partner verzorgen en die tegelijkertijd als seksueel aantrekkelijk blijven zien: dat is niet vanzelfsprekend.”

“We weten dat mensen die voorafgaand aan de ziekte een bevredigend seksleven hadden, er na een ziekte beter in slagen weer goed seksueel met elkaar om te gaan. Waarschijnlijk heeft dat te maken met het feit dat die partners geleerd hebben aan elkaar te vertellen wat ze wel en niet leuk



*“Seks hoeft niet hetzelfde te zijn als geslachtsgemeenschap”*

*prof. dr. Paul Enzlin*

vinden. En daarom weten hoe ze seksualiteit op een positieve manier vorm kunnen geven.”

### BEGEERTE

Wie vindt dat seks belangrijk is, zal toch een nieuwe weg moeten zoeken om terug te kunnen vrijen. Een gesprek over wat je wel en niet aangenaam vindt, in combinatie met de zoektocht naar wat er lichamelijk wél nog allemaal kan, is een eerste stap als jij en je partner er klaar voor zijn om je seksualiteit weer op te pakken. Als je merkt dat er wat misloopt, kun je met je arts bespreken of bepaalde medicatie aangepast kan worden. Professor Enzlin: “Als dat niet

kan, is het belangrijk dat mensen afscheid nemen van wat er vroeger wél kon. Het helpt niet om je te blijven vastklampen aan wat er niet meer kan. In plaats van dan alle seksualiteit los te laten, kunnen mensen beter op zoek gaan naar nieuwe mogelijkheden en naar manieren om anders naar seksualiteit te leren kijken. Een seksuoloog kan daarbij helpen.”

“Ook chronisch zieke mensen vinden het fijn om aangeraakt te worden, willen zich begeerd voelen. Als seksuoloog kijken we met mensen die op gesprek komen hoe ze hun seksualiteit kunnen verbreden. Seks hoeft niet hetzelfde te zijn als geslachtsgemeenschap. Er is een heel breed repertoire mogelijk van elkaar aanraken, tongzoenen, elkaar een erotische massage geven, elkaar helpen met masturberen. Een man hoeft bijvoorbeeld geen erectie te hebben om een orgasme te kunnen krijgen, een vrouw hoeft niet altijd gepenetreerd te worden om plezier te ervaren.”

### ZOEKTOCHT

Opnieuw op verkenning gaan bij jezelf en met elkaar is dus de boodschap. En daarnaast de wensen die je rond seks hebt bij elkaar aftoetsen. “Belemmerende gedachten kunnen je serieus parten spelen. Zoals de gedachte ‘Ik ben niet meer aantrekkelijk. Maar is dat wel zo? Vindt je partner dat ook? Of je kunt faalangst hebben. ‘Ik wil er wel aan beginnen maar ik ben bang dat ik het niet ga kunnen afmaken.’ Maar wat betekent ‘het afmaken’ bij vrijen: dat je klaarkomt? Misschien kun je ook fijn vrijen zonder dat iemand klaarkomt? Of je kan bezorgd zijn over je zin in vrijen. Denk dan eens na: is er iets dat je zin in seks kan doen krijgen? Dat kan zoveel zijn. Een kleine attentie. Een aanraking. Een aanraking kan doen verlangen naar meer. Laat dat nu net het interessante aan seks zijn: dat het een zoektocht is, dat het elke keer opnieuw moet worden uitgevonden. Ook door mensen met een chronische ziekte en hun partner.”



DE ADVIESZAAK VOOR GEZOND  
ZITTEN, SLAPEN EN WERKEN



## UW RUG zit en slaapt

Rug- en nekklachten ontstaan door te lang stilzitten tijdens onze dagelijkse zitmarathon. Hou altijd rekening met je lichaamsbouw bij de keuze van een stoel, relaxzetel of salon, anders zak je onderuit en wordt de rug niet correct ondersteund. Wij selecteren in onze winkels te **Leuven, Hasselt** en **Antwerpen** de beste producten voor uw rug uit enkele topmerken zoals Stressless, Auping, Swissflex, Varier, HAG, Hukla, Höganäs, Score enzovoort. Onze **kinesisten** of licentiaten L.O. geven u graag een goed advies.



*Relaxzetels op maat*



*Opstahulp*



*Aangepaste maten*



### Met deze tips zit je alvast goed op het werk:

- Zit met een open heuphoek. Dwz. Dat de hoek tussen je romp en benen groter is dan 90°.
- Stel de hoogte van je bureaustoel steeds i.f.v. de open heuphoek in.
- Regel de zitdiepte zodat je nog een vuist kan steken tussen de knieholte en de zitting.
- Pas de bureaurootheid aan zodat je ellebogen in een hoek van ongeveer 90° zijn en de onderarmen correct ondersteund worden.
- Stel je scherm in op ooghoogte. Als je rechtdoor kijkt, moet je de bovenkant van je scherm zien.
- **De beste houding is de volgende.** Verander regelmatig van zithouding of wissel af met staand werken.





**Sit & Sleep Leuven**

Tervuursevest 30

3000 Leuven

(Tegenover Delhaize)

016/29 45 63

[leuven@sit-and-sleep.be](mailto:leuven@sit-and-sleep.be)

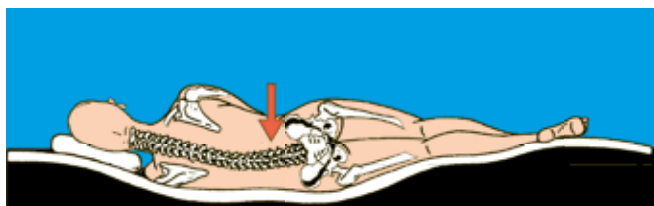
[www.sit-and-sleep.be](http://www.sit-and-sleep.be)

# beter met ONS ADVIES

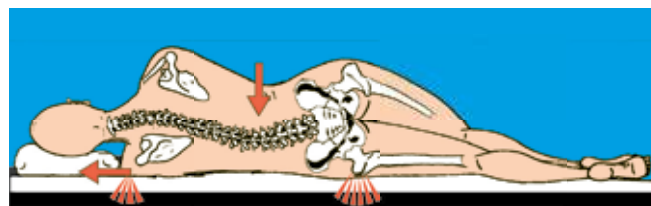


*Deze lattenbodem en matras zijn individueel instelbaar in functie van je lichaamsbouw.*

Slaapproblemen, rug- en nekklachten worden vaak veroorzaakt door een te hard of te zacht bed dat geen rekening houdt met de specifieke lichaamsbouw. Een goed slaapsysteem is maatwerk voor je rug en nek, geadviseerd door onze kinesisten. Het slaapsysteem moet veel steun bieden aan de zwaardere romp en meer comfort aan de schouderzone.



Een **te zacht slaapsysteem** geeft geen steun aan de zwaardere romp terwijl het hoofd en de benen te hoog blijven.



Een **te hard slaapsysteem** geeft de schouder- en bekkensector te veel opwaartse druk waardoor de rug inzakt.

Het **hoofdkussen** is zeer belangrijk voor een correcte positie van de wervelkolom. Een te laag, te hoog, te hard of te zacht hoofdkussen geeft nekklachten en slaapproblemen. We helpen je bij de keuze van het beste hoofdkussen en houden rekening met volgende factoren:

- Harheid van je bed
- Je lighouding
- Je lichaamsbouw

Vermijd een miskoop en maak gebruik van onze **test-service**. Probeer je hoofdkussen vrijblijvend uit.



**Kom langs in één van onze winkels of vraag gratis onze infobrochure aan**



[www.sit-and-sleep.be](http://www.sit-and-sleep.be)



STEREA

# Tijd voor u en uw comfort

aan de golf van Sterrebeek



## ASSISTED LIVING in een stijlvolle groene oase



### Kwaliteitsvol woonplezier

Zelfstandig wonen net als thuis, met één verschil: altijd iemand waarop u kan rekenen mocht het nodig zijn. Zelfs als uw zorgbehoefte ooit zou toenemen. Sociaal contact krijgt extra aandacht bij Sterea. Het gezellige binnenplein en de gemeenschappelijke lounge zijn gemakkelijk bereikbaar en dé ideale plaatsen om bij te praten en te relaxen. Op het uitgestrekte domein kunt u wandelen, golfen en lekker gastronomisch genieten.



# ANKERPUNT

Het is een open deur intrappen om te zeggen dat de wereld van vandaag razendsnel verandert. Elke dag worden er beslissingen genomen of wordt er iets nieuws geïntroduceerd dat ons menselijke leven in mindere of meerdere mate verandert. En ook wijzelf veranderen en nemen beslissingen, in de hoop dat het een goede beslissing is.

Alleen al door het feit dat we dagelijks ouder worden, zit de verandering in ons. Veranderingen zijn er altijd geweest en zullen er altijd zijn, zolang er leven is. En dat is goed. Elke verandering, gewild of ongewild, vraagt om een aantal zekerheden los te laten. We zetten een grotere of kleinere stap op onbekend terrein, waarvan we meestal zelden de uitkomst kennen. Dikwijls lijkt het leven ons te ontsnappen en kent het een onverwachte wending. Soms lijkt de verandering te groot en hebben we de indruk dat we houvast verliezen.

Ik moet daarbij spontaan aan de kleine zwarte schapen in mijn tuin denken. Ze zijn heel nieuwsgierig en blijven heel hun leven speels. Ook als ze ouder zijn, blijven ze achter elkaar aan springen, zoals kleine lammetjes. Nu en dan moet ik ze verplaatsen naar een andere weide. Zonder herdershond is dat een hele klus. Hoewel gezegd wordt dat een schaap een kuddedier is en 'zo mak als een lammetje', is er toch altijd eentje dat ergens een opening ziet om te ontsnappen, waarna de rest volgt. Als ze dan uiteindelijk samen naar hun weide lopen, lijkt het telkens alsof ze daar de eerste keer langs komen, ook al is het al de tiende keer.

De eerste of de tiende keer: het is voor hen telkens opnieuw een ontdekkingsstocht en een verandering. En ze blijven daarbij zichzelf. Al wandelend stoppen ze om even van het gras te proeven, ze geven elkaar een stoot, maken bokkensprongen en lopen achter elkaar aan. Een bende ongeregeld, zoals schapen zijn. En als ik ze vervoer met de auto naar een verder gelegen weide, gebeurt net hetzelfde. Ook al weten ze niet met zekerheid waar ze naartoe rijden, ze blijven zichzelf. Ze zijn wel onrustiger als ze op onbekend terrein komen, maar toch blijven ze 'schapen'.

Ook de mens heeft zo iets in zich. Iets waardoor hij zichzelf kan blijven, wat hem ook overkomt, welke verandering er zich ook aandient. Het is iets dat hem stabiliteit geeft, te vergelijken met een tuimelaar of een duikelaar. Dat speelgoedje heeft een zwaarder gewicht onderaan: als je ertegen duwt, buigt het opzij, maar na wat

“

*“Het zorgt dat we niet helemaal ten onder gaan als ons iets ernstigs overkomt”*

geschommel komt het telkens terug in zijn oorspronkelijke positie. Dat wil niet zeggen dat de mens in de loop van zijn leven niet kan veranderen. Maar ergens blijft hij dezelfde, ook als hij zwaar toegetakeld is op lichamelijk of psychisch vlak.

Die houvast, dat ankerpunt, doet ons leven. Het neemt niet de pijn weg. Het maakt ons niet onoverwinnelijk of gevoelloos. Maar het zorgt dat we niet helemaal ten onder gaan als ons iets ernstigs overkomt. Het geeft ons hoop, ook als we die nergens vinden. Het geeft ons vertrouwen, ook als we geen uitweg meer zien. En het maakt ons bovenal mens.

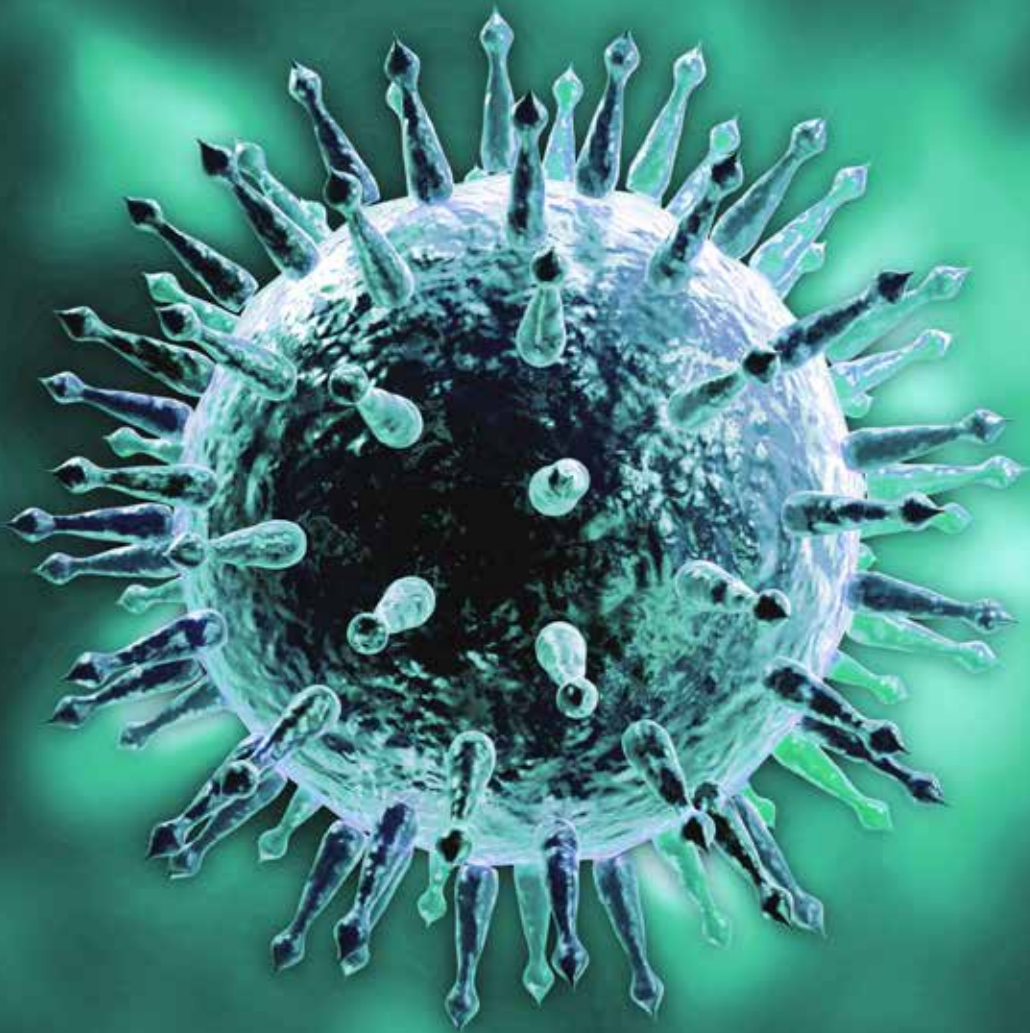
Als alles goed gaat in ons leven, zijn we ons daarvan meestal niet bewust. Alles gaat zijn gang. Meestal worden we er pas iets van gewaar als ons hart geraakt wordt in positieve of negatieve zin. Dat geeft ons kracht om verder te leven. Mag ik ieder van u die kracht toewensen op de weg die voor u ligt?

## Danny Dierckx

*Danny is een van de pastoren in UZ Leuven. Wil je met een pastor spreken? Neem dan contact op met de verpleegeenheid of met het secretariaat: tel. 016 34 86 20.*

*Danny zelf kun je mailen via [danny.dierckx@uzleuven.be](mailto:danny.dierckx@uzleuven.be).*





# 7X HET GRIEPPVACCIN

In oktober begint de jaarlijkse vaccinatiecampagne tegen griep. Tijd om de puntjes op de i te zetten, want vastgeroeste meningen blijken soms even moeilijk uit te roeien als het griepvirus zelf. Zeven straffe feiten over griep.

TEKST: JAN BOSTEELS



## VIRUSSEN MAKEN ONS NIET ZIEK

Vreemd maar waar: het zijn niet de virussen die ons ziek maken. Dat doet ons afweersysteem door op het virus te reageren. Prof. dr. Marc Van Ranst, viroloog in UZ Leuven: “Virussen streven er niet naar om ons ziek te maken of te laten overlijden. Hun belangrijkste streven is, net zoals bij alle andere levende wezens, om zich zoveel mogelijk te vermenigvuldigen. De meest suc-

cesvolle virussen maken ons niet of amper ziek. Ze leven als het ware in symbiose met ons en verspreiden zich vrolijk verder.”



## HET GRIEPPVIRUS ZAL OP TERMIJN MINDER GEVAARLIJK WORDEN

Het griepvirus is een relatief jong virus voor de menselijke soort. Het werd waar-

schijnlijk maar een paar duizend jaar geleden voor het eerst door vogels overgedragen op de mens. Een jong virus is als een puber, nog volop bezig zijn weg te zoeken. Uiteindelijk – maar dan zijn we weer duizenden jaren verder – zal het griepvirus bezadiger worden en minder schade aanrichten. “Maar zo lang gaan we natuurlijk niet wachten om betere griepvaccins te ontwikkelen en de verspreiding van griep verder in te dijken”, zegt professor Van Ranst.



### KOORTS DIENT OM HET VIRUS TE VERJAGEN

Koorts, keelpijn, spierpijn, snotteren: waarom voelen we ons zo ellendig ziek als we griep krijgen? “Wanneer ons afweersysteem een — in evolutionair opzicht — jonge indringer zoals het griepvirus ontdekt, zorgt het ervoor dat we koorts krijgen. Bij die verhoogde temperatuur kan het virus zich minder makkelijk vermenigvuldigen. Via spierpijn zorgt ons lichaam ervoor dat we in bed blijven en zo weinig mogelijk andere mensen infecteren.”



### VAN VACCINDELTJES WORD JE NIET ZIEK

De geneeskunde voert de strijd tegen virussen via vaccins. Zoals alle vaccins wordt het griepvaccin samengesteld uit partikeltjes van het virus. Je wordt er niet ziek van, maar die kleine deeltjes volstaan voor het lichaam om antistoffen aan te maken. Die zorgen ervoor dat het virus onschadelijk wordt op het moment dat je in contact komt met het echte griepvirus.



### GRIEP UITROEIEN IS ONMOGELIJK

Toch is het een illusie dat we griep volledig kunnen uitroeien. “Menselijke virussen kunnen we uitroeien door grote en volgehouden vaccinatiecampagnes. Pokken: volledig uitgeroeid. Polio: zo goed als uitgeroeid. Hepatitis B en C en mazelen zullen we binnen afzienbare tijd uitroeien. Maar



*“Je kan onmogelijk  
griep krijgen  
van het vaccin zelf”*

*prof. dr. Marc Van Ranst*

dat zijn stuk voor stuk virussen die uitsluitend van mens op mens overgaan. Virussen die van dieren op de mens overgaan, zijn veel moeilijker te bestrijden. Griep zou je bijvoorbeeld alleen de wereld kunnen uit helpen door onder andere alle vogels uit te roeien, en dat is niet alleen onmogelijk, maar ook onwenselijk.”



### GRIEPVACCINS WORDEN ALSMAAR DOELTREFFENDER

Elk jaar bepaalt de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) welke griepvarianten in het volgende griepseizoen naar alle waarschijnlijkheid het sterkst aanwezig zullen zijn. De accuraatheid van die voorspelling is groot,

maar niet perfect. Zolang dat het geval is, kan je griep krijgen, ook al ben je gevaccineerd. Maar dat wil professor Van Ranst toch sterk nuanceren: “Om te beginnen kan je onmogelijk griep krijgen van het vaccin zelf. Ten tweede slaagt de WHO erin om zes op de zeven jaren juist te voorspellen welke varianten zullen overheersen. En ten slotte: zelfs als je na een vaccinatie toch besmet wordt door een andere variant, zul je minder ziek worden omdat je dankzij het vaccin antistoffen hebt aangemaakt die ook een beetje beschermen tegen andere varianten.”



### GRIEPPRIK IN HET ZIEKENHUIS: EEN MUST

Het feit dat het vaccin geen 100 procent perfecte garantie op bescherming biedt, mag dus geen reden zijn om je niet te laten vaccineren. “Vaccinatie is vooral belangrijk als je tot de risicogroepen behoort. Dat zijn oudere mensen, verzwakte en zieke mensen, mensen die in een zorginstelling verblijven, maar ook de mensen die er werken. Bij mensen die verzwakt zijn, kan griep namelijk net het duwtje geven dat hen vroegtijdig zou doen overlijden.” En waarom is het zo belangrijk dat ook gezondheidswerkers zich laten vaccineren? “Wie werkt met zieke en verzwakte mensen, kan het niet maken om patiënten te besmetten. Wat mij betreft zou griepvaccinatie verplicht moeten worden in alle ziekenhuizen. Wat bezoekers van het ziekenhuis betreft: stel je bezoek alsjeblieft uit als je verkouden bent of als je je griepig voelt. Ik zie nog te veel virusverspreiders door de gangen lopen in het griepseizoen.”



Kies je voor een loopbaan en uitdagende groeikansen? Dan is er vast een boeiende job voor jou weggelegd bij UZ Leuven. Om de ondersteunende en klinische diensten te versterken, zijn we momenteel op zoek naar gemotiveerde medewerkers (m/v) voor volgende vacatures:

- > Projectcoördinator Bouwwerken
- > Projectingenieur Datacommunicatie
- > Projectingenieur Natte Technieken (HVAC)
- > Technici in diverse domeinen
- > Java Software Engineer
- > Java Web Software-engineer
- > Systemingenieur
- > Verpleegkundigen voor diverse afdelingen

### Interesse?

Surf naar [www.uzleuven.be/jobs](http://www.uzleuven.be/jobs)  
voor meer info over onze vacatures en solliciteer online.



## Slapen **op maat** van je rug



### Ontstaan aan de Universiteit van Leuven

Het verhaal van Equilli begint bij de Afdeling Biomechanica van de KU Leuven. Al 15 jaar voeren wetenschappers er onderzoek naar ergonomie tijdens het slapen. Dit uitgebreid academisch onderzoek vormt de basis voor de Equilli producten.

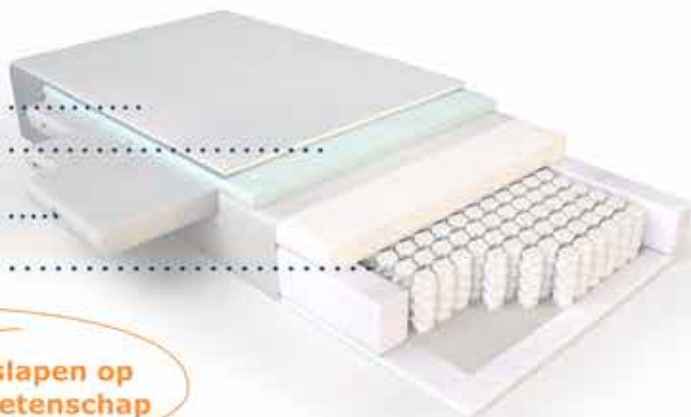
### De mensen achter Equilli

Equilli werd opgericht door een team van gedreven onderzoekingenieurs. Hun verwondering over het gebrek aan wetenschappelijke innovaties en de overdaad aan valse beloftes in de matrassector heeft hen ertoe bewogen om Equilli op te richten.

### De Equilli filosofie

Bij Equilli zijn we ervan overtuigd dat een goede nachtrust voor iedereen verschillend is. Gepersonaliseerde lattenbodems zijn geen nieuwigheid meer, maar Equilli innoveert door als eerste dit soort maatwerk te integreren in de academisch ontwikkelde matras. En dat is belangrijk: onderzoek toont namelijk aan dat het effect van de bedbodems bij moderne (dikke) matrassen vaak niet meer voelbaar is.

anti-allergische  
matrashoes  
comfortlaag  
modulaire  
ondersteuning  
basislaag



**EQUILLI** | Experts in sleep | [equilli.be](http://equilli.be)

#### Equilli Slaapexpert Boortmeerbeek

Leuvensesteenweg 345  
3190 Boortmeerbeek  
[boortmeerbeek@equilli.be](mailto:boortmeerbeek@equilli.be)  
T +32 15 49 01 90  
wo - za: 10u - 18u  
zo: 14u - 18u



#### Equilli Slaapexpert Leuven

Tiensesteenweg 272 A  
3360 Bierbeek  
[equilli@demesmacre.be](mailto:equilli@demesmacre.be)  
T +32 16 22 52 16  
di - vr: 9u45 - 18u  
za: 9u30 - 18u





## VAN DE SEVENTIES TOT 2017

# DE ETHISCHE COMMISSIE

Wat gezegd wordt op een bijeenkomst van de ethische commissie in het ziekenhuis, is vertrouwelijk. Maar het is geen geheim dat een veranderende maatschappij en snelle medische evoluties blijven zorgen voor discussies over wat kan en niet kan in de ziekenhuiszorg. Waarover buigt de ethische commissie zich anno 2017?

TEKST: ANN LEMAÎTRE



Er zijn geen eenvoudige vragen voor de ethische commissie en geen zwart-witwoorden. Denk zelf maar eens na over de onderstaande kwesties.

## KUN JE ...

- ? een kind verwekken met de zaadcel van een onbekende donor?
- ? iemand die psychisch ondraaglijk lijdt, helpen om te sterven?
- ? een abortus uitvoeren als een test uitwijst dat je kind zwaar gehandicapt zal worden?
- ? een eikel van de moeder analyseren en enkel die eikel zonder erfelijke ziekte inplanten in de baarmoeder?
- ? iemand die stervende is nog enkele weken langer in leven houden met een nieuwe dure behandeling?



**T**opgeneeskunde aanbieden is één ding, maar hoe ver kun je daarin gaan? Vanuit menselijk en filosofisch oogpunt is het belangrijk om te blijven nadenken waar je mee bezig bent. Dat doet de ethische commissie zorg in het ziekenhuis. Het is niet omdat het kán, dat het ook wenselijk is: dat is het basisidee voor de medische ethiek. Sinds 1994 is elk Belgisch ziekenhuis verplicht om een ethische commissie te hebben.

In UZ Leuven was er al een ethische commissie zorg in de jaren zeventig. “In die tijd kwamen er heel wat nieuwe uitdagingen”, vertelt prof. dr. Martin Hiele, voorzitter van de ethische commissie zorg in UZ Leuven. “Evoluties in de geneeskunde zorgden voor voor- en tegenstanders. Abortus stond op de agenda, kunstmatige inseminatie deed zijn intrede. Ook de DNR-codes, afkorting voor Do Not Resuscitate, stonden ter discussie: codes die de artsen gebruiken om te bepa-

len wanneer je een persoon niet meer reanimeert als zijn einde nabij is. Dat waren heikele kwesties in een periode waarin de katholieke kerk nog meer invloed had.”

In de jaren zeventig en tachtig waren die gevoelige onderwerpen nog niet wettelijk geregeld: het advies van de commissie was dus belangrijk en kon verschillen van ziekenhuis tot ziekenhuis. Vandaag is er meer uniformiteit: heel wat zaken zijn vastgelegd bij wet, zoals de Euthanasiewet van 2002 en de Wet op abortus, dat sinds 1990 geen strafbaar feit meer is onder bepaalde voorwaarden. “Over euthanasie moest je in die tijd zelfs niet nadenken: het was gewoon verboden”, vertelt professor Hiele.

### MAATSCHAPPELIJKE VERANDERINGEN

Veertig jaar later is er heel wat veranderd. Er kwam een Wet op patiëntenrechten, die een aantal zaken wettelijk voorschrijft. En voor de meeste thema's is er vandaag een strikte

reglementering. “Denk maar aan de manier waarop een ziekenhuis vroeger spermadonoren zocht: je kan niet meer zomaar lukraak studenten aanspreken, de criteria daarvoor zijn veel strikter geworden.”

Maar ook het omgekeerde is waar: sommige zaken zijn vandaag makkelijker door maatschappelijke veranderingen. “In UZ Leuven behandelden we tot vier jaar geleden geen lesbische vrouwen met een kinderwens, vandaag wel. Waarom nu wel? Omdat inzichten en opvattingen veranderen. Op basis van *evidencebased* onderzoek weten we nu dat twee moeders dezelfde kansen kunnen bieden aan een kind als een heterokoppel. Het modelgezin van mama, papa en kind is al lang niet meer de norm: daar houden we ook rekening mee. Al blijven we voorzichtig. Met onze vruchtbaarheidsbehandelingen helpen we momenteel enkel koppels verder. Daarvoor baseren we ons op wetenschappelijk onder-



**ALTIJD MOOI**  
TOUJOURS BELLE

Elke vrouw heeft het recht om **ALTIJD MOOI** te zijn, voor, tijdens en na kanker.

**ALTIJD MOOI IS ER VOOR JOU.**

**Pruiken & Haarwerken,** ruime keuze uit meer dan 200 haarwerken, zowel in synthetisch als natuurhaar.

Grootste aanbod **turbans, sjaals en mutsen.**

**Special care lingerie,** badmode en kleding. Borstprotheses in samenwerking met bandagiste.

Wij bieden een oplossing voor iedereen.

Kapucijnenvoer 209 | 3000 Leuven | Tel. 016 880 296 | 0476 45 50 83 | [www.altijdmooi.be](http://www.altijdmooi.be)



## Residentie De Laak-Aarschot

**TE HUUR:**  
ERKENDE ASSISTENTIEWONINGEN

Comfortabel en zelfstandig wonen, met zekerheid van zorg en noodhulp 24/24.

- Ruime twee-slaapkamer-flats (73m<sup>2</sup>) met privé zonneterras;
- Eigen ondergrondse autostaanplaats;
- Ruime bergkelder en fietsstalling met oplaadpunt;
- Verbonden aan woonzorgcentrum Demerhof;
- Op wandelafstand van stadscentrum Aarschot en bushaltes;
- Groene omgeving met rustige wandelpaden;
- Laag energieverbruik;
- Betaalbare huurprijs.

**CONTACT: + 016 - 77 27 48**

**LEUVENSE**



**TEL +32 (0)16 222 000**  
**GSM +32 (0)495 222 000**  
**MAIL [info@taxi-leuven.be](mailto:info@taxi-leuven.be)**

Bancontact • Visa  
American Express • MasterCard

**M A A T S C H A P P I J**

---

**TAXI - LEUVEN | AIRPORT & RAILWAY TRANSFERS**



zoek dat aantoont dat de sociale kansen voor een kind nog altijd beter zijn bij een koppel dan bij een alleenstaande. Maar als er morgen onderzoek is dat het tegendeel aantoont, zijn we altijd bereid dat advies te herbekijken.”

Instanties als de Zorginspectie of de kwaliteitsinstantie JCI hechten tegenwoordig veel belang aan de ethische kant van de ziekenzorg. “We moeten vandaag dus wel nadenken over een aantal thema’s, terwijl dat vroeger eerder vrijblijvend was. De thema’s veranderen bovendien voortdurend. Zeker op het vlak van menselijke erfelijkheid en vruchtbaarheidsbehandelingen is er alsnog meer mogelijk. Wat doe je met de embryo’s die een koppel liet invriezen als je ze niet meer nodig hebt? Tot op welke leeftijd mag je een vrouw nog helpen om zwanger te worden? Geen eenvoudige vragen.”

## WAARDEN

De leden van de commissie komen regelmatig bij elkaar om zich te buigen over het standpunt van het ziekenhuis over bijvoorbeeld zwangerschapsafbreking, euthanasie, het stopzetten van een therapie bij een patiënt of het opsporen van erfelijke ziektes bij koppels die een kindwens hebben. De commissie wil de onderwerpen zo rationeel mogelijk bekijken. Als ze een advies uitbrengt, is dat altijd gebaseerd op een aantal belangrijke waarden. Zo kan bijvoorbeeld het aspect maatschappelijke solidariteit of de samenwerkingsrelatie tussen een arts en patiënt de doorslag geven.

Naast algemeen advies, geeft de commissie ook individueel advies. Soms komt er namelijk een specifieke vraag voor een patiënt, waarbij het voor het behandelende team niet duidelijk is wat de beste beslissing is. “Niet elke vraag voor euthanasie komt tot



*“Niet elke vraag voor euthanasie komt tot bij ons”*

*prof. dr. Martin Hiele*

## 2 COMMISSIES

Bij de meeste ziekenhuizen is er één ethische commissie die twee taken heeft: het opvolgen van medische studies met patiënten en het geven van ethisch advies over de ziekenhuiszorg. UZ Leuven is een uitzondering: hier is er een aparte ethische commissie onderzoek en een aparte ethische commissie zorg. Meer info op [www.uzleuven.be/ec](http://www.uzleuven.be/ec).

bij ons”, legt professor Hiele uit. “Voor de meeste vragen waarbij we verwachten dat de patiënt binnen korte tijd zal sterven, is het wettelijke kader voor de artsen duidelijk en biedt het voldoende garanties. Maar soms is er meer discussie en reflectie nodig. Bijvoorbeeld een vraag voor euthanasie van iemand die nog niet binnenkort zal overlijden. Of die misschien nog jaren kan leven, zoals een patiënt met een psychiatrische aandoening.”

“Ook in de zoektocht naar spermadonoren krijgen we wel eens een vraag voor een uitzondering. Wij beslisten jaren geleden dat we enkel kunstmatige inseminatie doen met sperma van eigen donoren en niet via commerciële labo’s uit bijvoorbeeld Dene-marken. Maar voor een koppel met een zwarte huidskleur zou het theoretisch kunnen dat we een uitzondering maken. Wij hebben nu eenmaal niet zoveel zwarte donoren in onze database.”

De leden van de ethische commissie zijn vrijwilligers, aangesteld door UZ Leuven, die maandelijks in de avonduren bij elkaar komen. Het merendeel zijn artsen en verpleegkundigen. “We hebben een heel gemotiveerde ploeg”, vertelt professor Hiele. “De sfeer is amicaal. Wat er gezegd wordt op zo’n bijeenkomst, is uiteraard vertrouwelijk. Hoewel we soms erg uiteenlopende meningen hebben, kunnen we onze standpunten uitwisselen zonder dat er harde discussies bij komen kijken. Ons uiteindelijke advies is bijna altijd een consensusstuk. En onze adviezen zijn niet in steen gebeiteld: als de medische dienst een goede reden ziet om het anders te doen, kan dat. Wij zijn geen politieagenten. De algemene adviestekst is trouwens meestal een tikje strenger dan een beslissing in individuele gevallen, waarbij je rekening kunt houden met eenmalige factoren.” 



# EEN AFWIJKEND UITSTRIJKJE WAT NU?

Een afwijkend uitstrijkje leidt bij heel wat vrouwen tot paniek. Toch wijst het zelden op baarmoederhalskanker. De afwijking moet wel goed opgevolgd worden, precies om kanker in de toekomst te vermijden.

TEKST: AN SWERTS

**V**rouwen tussen 25 en 65 jaar laten het best om de drie jaar een uitstrijkje van de baarmoederhals nemen bij de huisarts of gynaecoloog. Helaas volgt zo'n 40 procent van de vrouwen die raad niet op. In 2014 registreerde het Belgische Kankerregister nog 653 nieuwe gevallen van baarmoederhalskanker. Geschat wordt dat daarvan zo'n 90 procent vermeden had kunnen worden door systematische uitstrijkjes. Het loont dus echt om je elke drie jaar te laten screenen. Maar weet je ook welke afwijkingen aan het licht kunnen komen en hoe precies een uitstrijkje kan helpen om baarmoederhalskanker af te wenden?

## VIRUSINFECTIE

Bij een uitstrijkje neemt de arts met een zacht borsteltje baarmoederhalsslijmvlies af. Dat wordt in het lab voor microscopisch onderzoek op een draagglaasje uitgestreken. De patholoog speurt dan naar afwijkende cellen. "We zoeken naar kankercellen of cellen die naar kankercellen kunnen evolueren", verduidelijkt prof. dr. Willy



*"Ter geruststelling:  
1 op de 20 vrouwen heeft  
een afwijkend uitstrijkje"*

prof. dr. Willy Poppe

Poppe, gynaecoloog in UZ Leuven. Bij twijfel doet de patholoog een extra test, waarmee hij kijkt of er erfelijk materiaal van het seksueel overdraagbaar humaan papillomavirus (HPV) in de cellen zit. "Baarmoederhalskanker wordt namelijk altijd voorafgegaan door een aanhoudende infectie van een van de zogenaamde hoogrisicotypes van dat virus, met type 16 en 18 als koplopers."

## AFWACHTEN

Als de patholoog hooguit lichte celafwijkingen vaststelt of na de HPV-test geen hoogrisicotype van het virus opspoot, hoeft er niet meteen iets te gebeuren. "Zes maanden later moet je dan wel al een nieuw uitstrijkje laten nemen, voor een herevaluatie." Bij ernstige celafwijkingen of bij een hoogrisicotype van het HPV is wel verder onderzoek nodig. "We gaan dan rechtstreeks op de baarmoederhals naar afwijkingen speuren met een speciale microscoop, een colposcoop. We kleuren ook de baarmoederhals om eventuele afwijkingen beter te kunnen interpreteren."

Die colposcopie verloopt zoals een gewoon gynaecologisch onderzoek en is volledig pijnloos. Alleen wanneer ook wat afwijkend weefsel voor verder onderzoek moet worden weggenomen, een zogenaamde biopsie, kun je wat lichte krampen en wat bloedverlies krijgen. Het afgenomen weefselstukje gaat naar het lab om de graad van de afwijking te bepalen. “Als het maar om een graad 1-afwijking gaat, zijn er nog geen prekankerletsels, dus nog geen letsels die naar kanker kunnen evolueren. We kunnen dan met een gerust gemoed afwachten of de HPV-infectie nog spontaan uitdooft. Dat controleren we heel regelmatig om de zes maanden. Want een graad 1-afwijking kan natuurlijk wel naar een graad 2- of 3-afwijking mét precanceruze letsels evolueren.”

#### INGRIJPEN

Hoe snel een afwijking van de ene naar de andere graad en uiteindelijk naar kanker

## VACCINATIE MAAKT UITSTRIJKJE NIET OVERBODIG!

Nog een tweede pijler in de strijd tegen baarmoederhalskanker zijn de HPV-vaccins die bij voorkeur aan meisjes gegeven worden nog voor ze hun eerste seksuele betrekkingen hebben. Ook daarna bieden ze nog gedeeltelijk bescherming. Maar let op: ook na je HPV-vaccinatie moet je elke drie jaar een uitstrijkje laten nemen. Want de vaccins zijn dan wel geëvolueerd, maar beschermen nog altijd niet tegen alle HPV-types die baarmoederhalskanker kunnen veroorzaken. Bovendien weet men nog niet hoelang precies de vaccins bescherming bieden.

kan evolueren, hangt vooral samen met het HPV-type dat woekert. “Maar ook ouder zijn dan 30 jaar, roken en langdurig pilgebruik spelen in je nadeel”, vult professor Poppe aan.

Oordeelt de arts dat een precancerus letsel veiligheidshalve moet worden weggenomen, dan gebeurt dat meestal met een lusexcisie. “Dat is een ambulante ingreep onder lokale of lichte algemene verdoving waarbij we met een dun, metalen, elektrisch verhit lusje weefsel wegsnijden. We recupereren altijd een weefselstukje voor verder onderzoek in het lab. Enerzijds om te controleren of we het letsel wel volledig hebben weggenomen. En anderzijds om na te gaan welke afwijkingen precies aanwezig waren. Worden er tóch kwaadaardige afwijkingen gevonden, dan is een oncologische behandeling nodig. Als er bij het uitstrijkje al echte kankercellen werden aangetroffen van in het begin, krijg je natuurlijk direct een behandeling tegen kanker.”

Zo ondersteunend dat u zich helemaal **gewichtloos voelt.**



Uw TEMPUR® adviseur in de regio:

**PATRIMA**  
Wonen & Slapen

[www.meubelen-patrima.be](http://www.meubelen-patrima.be)  
7.000 m<sup>2</sup> woon & slaapideeën

HAACHTSTRAAT 79 - 3020 VELTEM CENTRUM • T 016/48 83 36

ma-vrij: 9u-12u & 13u-18u • za: 10u-18u •  
zo: 14u-18u • donderdag en feestdag gesloten

Drukverlagend en optimale ondersteuning  
TEMPUR® wordt zacht waar het gewenst  
is en blijft stevig waar het  
nodig is. Doordat uw  
lichaam volledig wordt  
ondersteund, kunt u  
optimaal ontspannen,  
slaapt u dieper en  
begint u energiekeer aan  
een nieuwe dag.



TEMPUR - AUPING - LATTOFLEX - WINX - GELTEX inside - CARPE DIEM

# THUISZORGWINKEL OP MAAT VAN PROFESSIONELEN

**SPECIALE  
KORTING**  
VOOR ARTSEN EN  
VERPLEEGKUNDIGEN!  
VRAAG ERNAAR  
IN DE WINKEL

- INCONTINENTIEMATERIAAL
- COMPRESSIEKOUSEN
- BANDAGISTERIE
- BRACES EN BANDAGES
- MEDISCH MATERIAAL EN INSTRUMENTEN
- ANTIDECUBITUSMATERIAAL
- MOBILITEITSHULPMIDDELEN  
(ROLSTOLEN, ROLLATORS ...)
- MEETTOESTELLEN  
(BLOEDDRUKMETERS, GLUCOSEMETERS ...)
- ADL-HULPMIDDELEN



## VF MEDICALS: DESKUNDIG ADVIES, KWALITEITSMATERIAAL EN AANTREKKELIJKE KORTINGEN

Bij VF Medicals\* kan je als arts of verpleegkundige terecht voor een brede waaier aan gezondheids- en welzijnsartikelen voor je patiënten. Denk maar aan incontinentiemateriaal, bandagisterie, medisch materiaal, compressiekousen, antidecubitusmateriaal, mobiliteitshulpmiddelen en meettoestellen. Hierop geniet je als arts of verpleegkundige bovendien van scherpe prijzen.



## WAAR VIND JE VF MEDICALS?

Mgr. Van Waeyenberghlaan 36, 3000 Leuven  
vfm@vf-medicals.be - tel. 016 20 76 07

### Openingsuren

maandag: 9u-12u30 en 13u-18u  
dinsdag: 9u-13u  
woensdag: 9u-12u30 en 13u-18u

donderdag: 9u-12u30 en 13u-18u  
vrijdag: 9u-12u30 en 13u-18u  
zaterdag: 10u-13u

\* OZ is de overkoepelende naam van een aantal entiteiten die elk hun eigen activiteiten organiseren, zoals oa. OZ501/ Onafhankelijk Ziekenfonds 501: ziekteverzekering en aanvullende diensten en OZ Shop nv: thuiszorgwinkel.

 **VF MEDICALS**



Ons ziekenhuis is een dorp in de stad. Jan Van Rompaey trok naar de koffiешop van campus Gasthuisberg. Om er te luisteren naar gewone en bijzondere verhalen van mensen die hier passeren. Op goed geluk spreekt hij hen aan, zelden weigeren ze een gesprek.

TEKST: JAN VAN ROMPAEY

# ONVOORWAARDELIJK VOOR ELKAAR ZORGEN

*Moeder en kind zitten in de koffiешop. Ze hebben hun tafeltje opgeruimd omwille van de fotografe, zodat het nu lijkt alsof ze niets geconsumeerd hebben. Maar ze zitten hier al een tijdje. Moeder en kind, dat klinkt wat vreemd, want het kind is 40. Af en toe zet hij een Rode Duivelspetje op en een bril met tricolore glazen. “Kristof, stel je zo niet aan”, glimlacht de moeder. Hij antwoordt iets onverstaanbaars. “Hij wil graag mooi zijn”, vertaalt zijn moeder.*

**Michelle:** “Veertig jaar geleden wisten wij eerst niet dat er iets niet klopte. Het was ons eerste kindje en je kent het spreekwoord: eigen kind, schoon kind. De gynaecoloog zei er ook niets over. Hij vroeg wel een bloedanalyse. Toen hij het resultaat kreeg, zweeg hij nog altijd, maar hij vertelde het wél aan mijn vader, een vriend van hem. ‘Je moet met Kristof naar Leuven gaan’, zei mijn vader voorzichtig, ‘best mogelijk dat hij later naar een speciale school moet’. Wist ik veel. In Leuven zei de specialist: ‘Mevrouw, u weet toch wat er met uw zoontje aan de hand is?’ Nee dus. ‘Hij is een mongooltje’, zei hij bot. Ik wist niet eens wat dat was!” “In het begin was het wel aanpassen. Vandaag kijkt geen mens er nog van op, maar toen wezen voorbijgangers ons nog met de

vinger. Ik was een jonge moeder van amper 24 en wist er geen raad mee. Ik durfde eerst niet met hem de straat op. Maar dat ging snel over toen bleek dat Kristof een bijzonder lief en snugger kind was.” “Voor mijn toenmalige echtgenoot was het moeilijk. De relatie tussen moeder en kind is toch iets anders: een moeder kiest resoluut voor haar kind. Mijn tweede echtgenoot heeft hem onmiddellijk geaccepteerd én geadopteerd. Natuurlijk was dat niet vanzelfsprekend. Met het syndroom van Down valt heel goed te leven, maar ondertussen bleek Kristof ook een hartafwijking te hebben. Hij kreeg suikerziekte, moest drie keer per week naar de nierdialyse en daarnaast nog een glutenvrij dieet volgen. Kijk maar, ik heb onze eigen koekjes mee voor bij de koffie.”

**Er zijn mensen die zo’n kind als een zware last beschouwen.**

**Michelle:** “Het is moeilijk, maar Kristof is nu eenmaal een stuk van mijn leven. Hij is heel aanhankelijk, helemaal niet agressief, maar je moet natuurlijk altijd rekening met hem houden. Maar je zal hem nooit horen klagen. Hij moet bijvoorbeeld een strikt dieet volgen. Op restaurant gaan doen we dus haast nooit, feestjes geven we alleen bij ons thuis. Als er voor ons taart op tafel komt, bak ik voor hem een apart taartje: glutenvrij en suikervrij.”

**Kristof:** “Aardbeien met pudding! Lekker mama!”

**Michelle:** “Het houdt nooit op. Voor de nierdialyse gaan we naar Genk, dat is historisch zo gegroeid. We wonen nochtans in

“

*“Ik zal altijd voor hem blijven zorgen”*



## MICHELLE (64) EN KRISTOF (40)

Moeder en zoon: zij hoopt hem te kunnen overleven.

Westerlo, dat is een heel eind rijden. Maar hij geniet van het leven. Ik vind hem intelligent: verbazend hoeveel zo'n jongen kan. Op zijn kamer verveelt hij zich geen moment: hij heeft een computer en een tablet, hij luistert naar muziek ..."

**Kristof:** "Ik neem muziek op. En dvd's! En ik ben nonkel geworden (*Hij praat tussendoor opgewekt verder*)."

### Kreeg je nog andere kinderen?

**Michelle:** "Ja, een dochter. Daar hebben we lang over nagedacht. Het was toen al mogelijk om met een vruchtwaterpunctie nog voor de geboorte te weten of het kind het syndroom van Down had. Dat was niet het geval, anders hadden we het niet laten komen. De last van twee zorgkinderjes zou voor ons niet draaglijk zijn. Maar mijn

dochter is gezond en wel op de wereld gekomen, nu zijn we al grootouders."

### Ben je soms bezorgd om de toekomst?

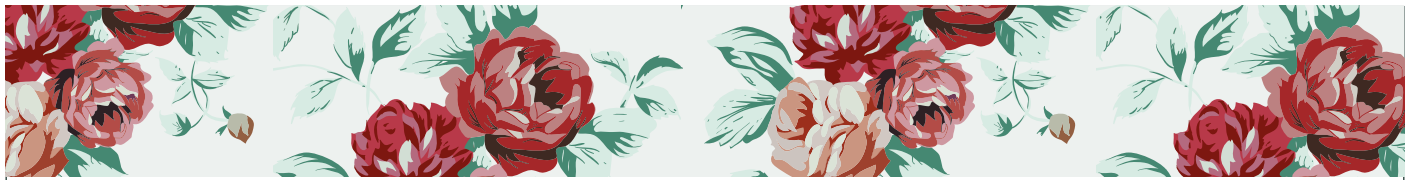
**Michelle:** "Ik weet niet wie eerst zal gaan, zijn gezondheid is niet zo best ... (*aarzelt*) Hopelijk overleef ik hem. Maar we hebben ervoor gezorgd dat hij het goed zal hebben: als wij er niet meer zijn, mag hij begeleid wonen in een huis met andere patiënten. Mijn grootste zorg is dat hij ernstig ziek wordt en pijn moet lijden, want dat zal hij niet begrijpen. En wie zal het hem uitleggen?"

### Heb je nog tijd voor jezelf?

**Michelle:** "Niet veel, dat geef ik toe. Maar we hebben een camper gekocht: om de veertien dagen trekken we er een weekend opuit. Kristof blijft dan in de instelling en

komt ter vervanging in de week naar huis. Ver gaan we niet, want je weet maar nooit. We vliegen ook nooit, want we moeten binnen de twee uur thuis kunnen zijn. Ik heb altijd twee gsm's bij me, waarvan er eentje dient voor mensen die mij in verband met Kristof willen bereiken. Zijn de suikermetingen te hoog of gaat er iets fout tijdens de dialyse: ik weet het meteen."

"Mijn dochter heb ik ondertussen al losgelaten, maar dat kan ik van Kristof niet zeggen. We hebben zo'n sterke band, het is zo moeilijk om uit te leggen. Ik zal altijd voor hem blijven zorgen, zolang ik kan. Niet omdat het een plicht is, nee, omdat het niet anders kan. En weet je? Hij is gelukkig. Hij heeft geen zorgen en bekommert zich niet over de gang van zaken in de wereld. En als ik hem zo zie, ben ik zelf ook gelukkig."



## Landelijke Thuiszorg helpt met een waaier van diensten

Bij Landelijke Thuiszorg vinden wij zorgen voor jou de normaalste zaak van de wereld. Je bent jong of oud, samen of alleen? We komen bij je thuis op die momenten waar extra hulp meer dan welkom is: een geboorte, ziekte, handicap, ouderdom of moeilijke omstandigheden. Onze medewerkers zijn deskundig opgeleid en helpen je met plezier én op jouw maat.

- | gezinszorg | kraamzorg | poetshulp
- | groen- en klusjesdienst | woningaanpassing
- | gastopvang | dagopvang

bel GRATIS 0800 11 205 [thuiszorg@ons.be](mailto:thuiszorg@ons.be) [www.landelijkethuiszorg.be](http://www.landelijkethuiszorg.be)  

**landelijke  
thuiszorg**

## Contacteer ons voor al uw medisch vervoer van/of naar Groot-Leuven

**Aanvragen ziekenvervoer 24/24u:**  
[dispatching@ambulancedienst-leuven.be](mailto:dispatching@ambulancedienst-leuven.be)  
016 23 24 12 - 0492 23 24 12  
[www.ambulancedienst-leuven.be](http://www.ambulancedienst-leuven.be)



**Ambulancedienst  
Het Vlaamse Kruis** vzw  
Afdeling Leuven

- Liggend vervoer
- Rollend vervoer
- Kwaliteitsvol ziekenvervoer



Voor wie het leven belangrijk vindt.



## Regio Leuven Info avonden 2017

**A EN** MAATSCHAPPIJ  
GEZONDHEID  
GEZIN

**L  
C  
O  
H  
O  
L**

**Di. 17 oktober**, 20.00 tot 22.00 u.  
Campus St-Pieter (0494 16 98 88)  
Brusselsestraat 69, 3000 Leuven  
Gastpreker: **Dr. Peuskens**  
Psychiater Alexianen Tienen

**Do. 23 november**, 20.00 tot 22.00 u.  
Genadedal (0490 40 66 20)  
Velderblok 2A, 3010 Kessael-Lo  
Gastpreker: **Dr. Degrauwe Steven**  
Doelgroepcoördinator forensische  
psychiatrie Sint-Kamillus





## LAURA (30) EN MICHEL (31)

Jong koppel, vastberaden  
om te vechten voor zoontje Nicolas.

*Ze spelen een soort van scrabble en drinken te veel koffie. Ergens in dit gigantische ziekenhuis buigen mensen zich over een tener lichaamje. Nicolas, tien maanden, krijgt een slokdarm. Eindelijk. Ze ogen jong, allebei. Jonge ouders, zoals dat heet. En ze zijn bijna blij dat wij er zijn: we brengen wat verstrooiing. Wachten, wachten. De klok tikt tergend langzaam. De gsm's liggen klaar.*

**Laura:** “Nicolas is geboren zonder slokdarm. Nu zullen ze een stukje van zijn dikke darm gebruiken om er een slokdarm van te maken: dat is beter dan een prothese die afstotingsverschijnselen kan veroorzaken. Nicolas was van in het begin een probleemkindje. Zwanger worden was al moeilijk. We waren bezig met een IVF-project, maar uiteindelijk lukte het toch met hormonen. De zwangerschap zelf was ook problematisch, ik was niet echt in *blijde* verwachting. Ik moest geopereerd worden: het was de eerste keer dat ze zeiden dat we ons kindje zouden kunnen verliezen. Daarna kreeg ik zwangerschapsdiabetes en moest ik een verschrikkelijk streng dieet volgen omdat ik geen insulinespuitjes mocht krijgen. Toen het op het einde niet anders kon, reageerde de baby telkens heftig op die insuline. Soms stopte zijn hartje zelfs even met kloppen. En nog wat later

zagen ze op een echo iets ongewoons in zijn hersenen. Eerst dachten ze aan een tumor, later bleek het ‘maar’ een cyste te zijn. Doodsbang zijn we geweest in die negen maanden. Doodsbang.”

**Michel:** “Ook de geboorte was een traumatische ervaring. Het gebeurde met een spoedkeizersnede in Hasselt. Nicolas bleek er slecht aan toe, in het ziekenhuis besloten ze om hem zo snel mogelijk naar UZ Leuven te brengen: Nicolas en Laura reden elk in een andere ambulance naar Leuven. Ik hoor de arts nog aan de chauffeur zeggen: ‘Zorg ervoor dat het kind zo snel mogelijk in Leuven geraakt, meneer.’ We gingen door een hel. Nicolas ging naar de intensieve afdeling van neonatologie. Laura heeft ons kind pas de dag nadien voor het eerst in haar armen mogen houden. Ze hebben geprobeerd om hem te opereren, maar dat is niet gelukt.”

**Hadden jullie een sterke kinderwens?**

**Laura en Michel (samen):** “Ja!”

**Laura:** “We hadden er echt alles voor over en we hebben er alles voor gedaan. We hebben zo naar hem verlangd. We hebben, ondanks alles, geen moment spijt gehad. Ook naar de operatie die hij vandaag krijgt, keken we echt uit. Al zijn we ook bang. Het is anders dan die eerste week: nu is hij bijna een jaar, hij herkent ons en lacht naar ons ...”

**En nu duurt elke minuut eindeloos.**

**Michel:** “Het is zenuwslopend. We zijn blij dat we hier in de koffieshop wat tussen de mensen zitten. Ze zullen ons bellen als de ingreep afgelopen is, maar zo’n ingreep kan tien uur duren. We hebben al wat rondgewandeld, maar dat helpt niet. Lezen is moeilijk, we kunnen ons niet concentreren. De gedachte dat ze nu met hem bezig

# Ontdek de unieke assistentiewoningen van Time for Quality.



## Slim wonen, onbekommerd genieten.

Een nieuwe benadering van wonen voor de 65-plusser. Nu denken aan later.  
Wonen op uitzonderlijk niveau, veilig en comfortabel wonen.  
Zorgeloos genieten, dankzij de dienstverlening op maat!  
Levensbestendig wonen dankzij een sterk uitgebouwd gezondheidsconcept.



Ontdek nu ons uitgebreid aanbod aan assistentiewoningen in heel Vlaanderen op [www.t4q.be](http://www.t4q.be).

Telefoon: +32 2 454 13 13 | [www.t4q.be](http://www.t4q.be)



**Residentie Zilverhof**  
Diegem - 0495 32 51 71



**Residentie De Druivelaar**  
Overijse - 0494 79 16 61



**Residentie De Maalbeek**  
Grimbergen - 0495 32 51 71



**Residentie Riverpark**  
Vilvoorde - 0492 58 78 92



**Residentie De Ark**  
Leuven - 0475 85 91 28





## “Ik voel me een zombie, dood van binnen”

zijn, dat hij daar ligt ...”

**Laura:** “Ik voel me een zombie, dood van binnen. We beleven deze dag op automatische piloot. Het lijkt wel alsof alles buiten ons om gebeurt in een andere wereld.”

**Michel:** “We zijn zo intens met hem bezig geweest. Ons leven is georganiseerd in functie van Nicolas, ons huis staat vol medische apparaten. We hebben veel moeten leren, trainingen gevolgd, alles aangeschaft om met hem buitenhuis te kunnen gaan, want we wilden ons niet opsluiten.”

### **Een fulltime job, zo lijkt het wel.**

**Laura:** “Voor de ouders én de thuisverpleging. Zonder slokdarm moet de eigenlijke voeding met een sonde gebeuren, recht naar zijn maagje. Maar we moesten hem ook leren gewoon drinken en eten, want eens zou hij toch een slokdarm krijgen. Daarom hebben de artsen een opening gemaakt onder zijn strottenhoofd: alles wat hij drinkt en eet komt er daar weer uit. We leren hem groente- en fruitpap eten en pudding. Maar dat was telkens een gedoe: opvangen, handdoeken, leidingen, steriliseren, schoonmaken. Om de maand moest die opening onder volledige narcose weer wijder gemaakt worden, want ze groeit toe. Op die manier is Nicolas al tien keer geopereerd. En daardoor kennen we de chirurgen en het team. Dat maakt dat we nu vertrouwen hebben in wat ze aan het doen zijn. Het geeft een goed gevoel, we laten onze jongen niet bij wildvreemden achter.”

### **Jullie hebben allebei werk. Was dat geen probleem?**

**Michel:** “Ik ben verkoopmanager en

Laura staat in het onderwijs. We bleven zes maanden thuis. Daarna moesten we wel gaan werken, ik wilde mijn klanten niet kwijt en Laura was niet vast benoemd.”

**Laura:** “Ik voelde me meer verpleegster dan mama. Mijn vader heeft toen gelukkig de zorg voor Nicolas op zich genomen, die lieve papa! We zijn hem daar eeuwig dankbaar voor.”

### **Zal Nicolas na deze operatie normaal kunnen eten?**

**Laura:** “Niet zoals bij een normale slokdarm, het is nog afwachten hoe die nieuwe slokdarm het voedsel transporteert. Waarschijnlijk zal hij meer drinken en kauwen. We hebben nog een lange en moeilijke weg af te leggen.”

### **Wat betekent zo’n ervaring voor een relatie?**

**Michel:** “We begrijpen nu beter dat zo’n crisissituatie in relaties een breuk kan veroorzaken, dat partners hun angsten op elkaar afreageren. Maar ons heeft het alleen maar sterker gemaakt. We zeiden al vaker: als het nu niet zo goed zat tussen ons, zou onze relatie als een kaartenhuis in elkaar zakken. We zijn geen gewone partners, we vormen een hecht team. We hebben elkaar beter leren kennen en hebben veel steun aan elkaar.”

### **En Nicolas?**

**Laura:** “We zijn ongelooflijk trots op hem. Eigenlijk heeft hij ons erdoor gehaald, en niet omgekeerd. Hij is zo sterk, totaal niet bang van alles wat hem overkomt. Bij de vorige ingrepen greep hij naar zijn knuffel, lachte eens naar de anesthesist en gleed weg. Hij gedraagt zich als een gewoon kind,

alsof hij dit allemaal niet meemaakt. Hij slaapt rustig en, ook al is hij nog maar een baby, hij klaagt niet, huilt amper. Dat is zijn karakter. Eigenlijk weet hij niet beter, het is normaal voor hem. Hem achterlaten op de operatietafel, vastgebonden en zichtbaar met pijn, is daardoor dubbel zo erg, want zo kennen wij hem niet. Een kind hoort zo iets niet mee te maken: het moet spelen en vrolijk zijn. Maar we denken dat hij hier supersterk zal uitkomen, gestaald door al die ellende. Hij wordt een fantastische jongen, daar zijn we zeker van.”

### **Denken jullie aan nog een kindje?**

**Laura:** “Nee, dat kunnen we niet aan. We hebben ons voorgenomen Nicolas hier doorheen te helpen en daarvoor alles te doen wat we kunnen. Al onze aandacht moet naar hem gaan. We hebben een belangrijke rol te spelen in zijn leven, onze opdracht is hem als ouders te helpen en te begeleiden.”

### **Vinden jullie het onrechtvaardig wat jullie is overkomen, of dat het lot het zo gewild heeft?**

**Laura:** “Een gynaecoloog heeft ons ooit gezegd: denk maar dat God vindt dat jullie als ouder zo’n uitdaging aankunnen en het daarom heeft toegelaten. Dat hij ons ervoor heeft uitgekozen. We konden het daarmee eens zijn, want we zijn gelovig en zijn ook voor de kerk getrouwd. Straks gaan we in de kapel een kaarsje aansteken. Ja, we hebben ons wel eens afgevraagd: wat heeft die kleine jongen misdaan om dit te moeten doormaken? Maar daar krijg je toch geen antwoord op. We moeten het doen met ons geloof.”



## TONY (78) EN CHRISTIANE (75)

Hij zorgt voor haar,  
zeven dagen op zeven.

*Ik voel me wat ongemakkelijk dat zij er ook bijzit. Ze kan maar weinig inbrengen, terwijl we het toch de hele tijd over haar hebben. Ze kijkt ons glimlachend aan, fronsd haar voorhoofd en beaamt soms door te knikken. Als ze begint te beven, zegt hij: over een kwartiertje krijgt ze haar medicatie, dan gaat het wel over. Parkinson.*

**Tony:** “We zijn in het ziekenhuis om de batterijen van haar hersenstimulator te laten vervangen. Die hersenstimulator bestaat uit elektroden gestuurd door een toestel in de buik. Het heeft haar ontzettend geholpen. Ze kon bijna niet meer bewegen, had verschrikkelijk veel pijn en ondraaglijke krampen. De eerste vijf jaar was dat te verhelpen met medicatie, maar na een tijd was die medicatie niet meer toereikend. Parkinson gaat op en af, de ziekte is onberekenbaar. Uiteindelijk werd de situatie onhoudbaar, het was geen leven meer, vooral voor haar.”

“Na vijftien jaar hebben ze dan de stimulator ingeplant, ze was een van de eersten die het toestelletje kreeg. Het toestel moet zorgvuldig worden afgesteld, dat kan niet elke arts. Je moet de patiënt en de ziekte grondig kennen en aanvoelen. Bij haar ging het meteen beter, tot ze die dementie kreeg. Sindsdien vergeet ze veel en kan ze niets meer zelfstandig, ook niet eten. Om een voorbeeld te

geven, Jan: onlangs gingen we mosselen eten en wist ze niet meer dat ze die uit de schelp moest halen. Ze beet gewoon in de schelp. Het is onvoorspelbaar. Sommige dingen onthoudt ze voortreffelijk, andere vergeet ze. Ze kon ook bijna niet meer stappen, maar dat is verbeterd door een kinebehandeling. Tijdsbesef heeft ze niet meer. Twee weken geleden is de afspraak gemaakt om naar hier te komen en elke dag zei ze: ‘Vandaag moeten we naar Leuven.’”

### En ze woont nog thuis?

**Tony:** “Ja, zolang het enigszins kan. Er is wel opvang voor als het echt niet meer gaat. Ik heb met de banken en met een gespecialiseerd advocatenkantoor gepraat: ze zal goed opgevangen worden en niets tekortkomen. Dat moest ik wel doen, want we hebben geen kinderen die later voor ons kunnen zorgen. Natuurlijk zijn er mensen die willen helpen, maar Christiane moet voort-

durend geholpen worden. Niet zo nu en dan, ook ’s nachts. Jan, waar vind je zo’n vrienden? Ze bestaan niet.”

### Voor jou is het een volle dagtaak.

**Tony:** “Zeven dagen op zeven, dag en nacht. Ik had een bloeiende zaak die zij nog mee opstartte. Fysiek ben ik nog in staat om mijn zaak te runnen, maar ik heb alles moeten verkopen. Met spijt in het hart, want het was iets van ons. Christiane is nog lange tijd boekhouder geweest. Maar er stond me niets anders te doen, ik durf haar niet alleen te laten. Onlangs was ik voer gaan kopen voor onze kippen. Toen ik terugkwam stond ze in de douche te roepen: ze had de koudwaterkraan helemaal opengedraaid, godzijdank niet de warmwaterkraan met gloeiend heet water. Ze zegt dan wel dat het niet meer zal gebeuren. Maar zo iets kan elk moment gebeuren. Ik probeer haar alles uit te leggen, maar eigenlijk is dat nutteloos.”



“Het is mijn vrouw, Jan, en dat blijft ze”

**Christiane:** “En ik denk dan: het zal wel goed komen. Maar ik ...”

**Tony:** “Soms is ze echt de draad kwijt. Ik ga nooit lang het huis uit. En als ik eens weg ben, vertrouw ik op onze hond die bij haar blijft. Vakantie kunnen we vergeten: de laatste grote reis was een cruise langs de Noorse fjorden, maar het werd een hel omdat ze niet zelfstandig kan eten.”

#### Heb je al eens gedacht aan een opname in een instelling?

**Tony:** “Het is mijn vrouw, Jan, en dat blijft ze. Wanneer zijn we getrouwd?”

**Christiane:** “... 1961 ...”

**Tony:** “Zie je? Dat weet ze dan wel nog. We zijn 56 jaar getrouwd. Ze is mijn vrouw, en ik zie haar graag. Het is mijn plicht om zo goed mogelijk voor haar te zorgen. Ik kan haar nu niet in de steek laten. In zo'n instelling zou ze achteruitgaan, dat weet ik zeker. In geen enkele instelling kunnen ze zo met haar bezig zijn als ik nu ben. Ze moet voortdurend gestimuleerd en aangemoedigd worden. En ze moet ook voortdurend bewaakt

en gevolgd worden. Wie kan dat het best doen? Ik, Jan. Ik weet wat ze nog kan en maak er het beste van. Ik ben blij dat ik zelf tenminste gezond ben en nog alles kan.”

#### Net daarom. Je hebt maar één leven, zeggen de mensen dan.

**Tony:** “Ja, maar ik heb thuis ook mijn tuin, de dieren. Ik heb alles om te genieten, meer moet dat niet zijn. Zonder haar op reis gaan, zie ik niet zitten. En samen ... We zijn onlangs nog eens naar een hotel in Luxemburg gereisd, een hotel waar we vroeger vaak naartoe gingen. Maar ze genoot er niet van en zei dat het de laatste keer was. En dus gaan we niet meer. Zo is dat.”

#### Denkt een mens dan met heimwee aan de mooie momenten?

**Tony:** “Ja, toen we samen het bedrijf opstartten en ze vol energie zat ... Maar wat voor zin heeft het om in het verleden te leven? Het zal nooit meer zijn als vroeger, beter worden doet ze niet. Maar we hebben ons huis, de natuur en de dieren, dat zorgt voor rust in

haar hoofd. En we doen wat we willen. We gaan soms wandelen met de hond: die verlaat haar voor geen meter. Maar ik ben de hele tijd bang dat ze zou vallen.”

#### Je hebt geluk dat Tony er is, Christiane?

**Christiane:** “Ja, dat ... is ...”

**Tony:** “Gelukkig zijn er nog veel hulpvaardige mensen. Als ze een nieuw kleedje nodig heeft, ga ik altijd naar dezelfde winkel waar ze haar kennen. De verkoper stalt dan een aantal kleedjes uit en laat haar kiezen en passen. Ik zit in een hoekje en kijk toe. Terwijl ze vroeger zo zelfstandig was.”

#### Christiane, heb je soms verdriet?

**Christiane:** “Ja, omdat ik zo weinig kan doen. Hij heeft liever dat ik niets doe, omdat ik ...”

**Tony:** “Ik doe eigenlijk het huishouden, Jan. Vroeger was ik een volslagen leek, ik kon absoluut niet koken. Nu sta ik in de keuken en maak soep. Ik heb alles geleerd. Eigenlijk heb ik geen leven, zij is mijn leven.”



**TEMPUR**<sup>®</sup>

**MATRASSEN - BEDBODEMS**

- ▶ De beste nachtrust
- ▶ Aanbevolen door medische specialisten
- ▶ Nr. 1 in klantentevredenheid

90 DAGEN OMRUILGARANTIE

**15 JAAR GARANTIE**  
zie voorwaarden

**MARTELARENLAAN 32**  
**3010 KESSEL-LO (LEUVEN)**  
**016 84 77 55 - www.tempurleuven.be**

**TEMPUR-LEUVEN**  
**ALLES VOOR UW SLAAP**

# ZUIDERSE FRITTATA

Lekker en gezond eten? Dat kan. Een Italiaanse frittata is snel klaar en goedkoop. Frittata is het Italiaanse broertje van de tortilla: ideaal om restjes aardappelen of groenten in te verwerken.

## HOE MAAK JE HET?

- 1 Verwarm je oven voor op 180 °C.
- 2 Gooi restjes of verse ingrediënten in een pan die ook in de oven kan. Verse groenten en vlees laat je lang genoeg bakken: alles moet volledig gaar zijn en bevat zo weinig mogelijk vocht.
- 3 Meng in een kom de eieren met melk of room. Breng op smaak met peper, zout en kruiden naar keuze.
- 4 Giet het eiermengsel over de groenten in je pan en laat even bakken tot de onderkant goed gestold is. Wil je kaas? Strooi die dan nu over je omelet.
- 5 Schuif je frittata in de oven en laat 20 tot 30 minuten bakken. Een geslaagde frittata heeft de structuur van een dikke, luchtige omelet.
- 6 Wil je een goudbruin korstje? Zet de frittata dan nog even onder de grill.
- 7 Serveer met een fris slaatje, rucola of verse kruiden.



## INGREDIËNTEN: RESTJES NAAR KEUZE

- Groenten zoals paprika, spinazie, courgette, asperges, tomaten, champignons ...
- Een restje gekookte of gebakken aardappelen
- Kip, spek, zalm, garnalen ...
- Een restje kaas, room, melk, zure room, yoghurt ...

Meer gezonde recepten vind je op [www.lekkervanbijons.be/recepten](http://www.lekkervanbijons.be/recepten).

### TIPS VAN DE UZ LEUVEN-DIËTISTEN

### TIKKENEITJE

Zijn eieren nu wel of niet gezond en hoeveel mag je ervan eten? Een gemiddeld ei bevat ongeveer 90 kcal en vooral veel essentiële voedingsstoffen zoals ijzer, zink, vitaminen A, D en B12. In de eidooier zit wel veel cholesterol: gemiddeld 200 mg. De aanbeveling van de Hoge Gezondheidsraad is om niet meer dan 300 mg cholesterol per dag in te nemen. Toch wijzen studies uit dat alle dagen een ei eten geen aanleiding geeft tot een verhoogd risico op hart- en vaatziekten. Het zijn eerder voedingsmiddelen met veel verzadigde vetzuren en transvetzuren die leiden tot hoge cholesterol in het bloed. Mensen met een te hoge cholesterol mogen dus gerust nog een eitje eten, maar dan beter niet meer dan drie per week.

## COLOFON

### REDACTIEADRES:

UZ Leuven - dienst communicatie  
Herestraat 49, 3000 Leuven  
tel. 016 34 49 55  
[uzmagazine@uzleuven.be](mailto:uzmagazine@uzleuven.be)

### HOOFDREDACTIE:

Suzy Van Hoof

### EINDREDACTIE:

Ann Lemaître

### FOTO'S:

Lies Willaert, Stijn Knapen,  
Wim Feyaerts

### REDACTIEADVIESRAAD:

dr. Koen Bronselaer, prof. dr. Marie-Christine Herregods, Ann Lemaître, prof. dr. Diethard Monbaliu, Suzy Van Hoof, Clara Vanuytven, Jan Verhaeghe en prof. dr. Chris Verslype

### RECLAMEREGIE:

B-Net, Bie Van Cleuvenbergen  
tel. 016 63 20 65 - [bie@b-net.be](mailto:bie@b-net.be)

### PRODUCTIE EN VORMGEVING:

Bold & pepper nv - tel. 02 325 64 90  
[gunther@boldandpepper.be](mailto:gunther@boldandpepper.be)

### VERANTWOORDELIJKE UITGEVER:

Suzy Van Hoof, Herestraat 49,  
3000 Leuven

### MEER INFO OVER UZ LEUVEN:

[www.uzleuven.be](http://www.uzleuven.be)  
algemeen nummer: 016 33 22 11

### COPYRIGHT:

Overname van teksten, foto's en illustraties of gedeelten daarvan wordt toegestaan na overleg met de redactie en met vermelding van de bron.

# DE BESTE UITSTAP VOOR JE RUG!



Gratis computergestuurde meting. Uniek in België!

**OUTLETSHOP op [www.bedking.be](http://www.bedking.be)**



**Keuze uit meer dan 100 relaxen en salons.**

Gespecialiseerde kinesitherapeuten helpen je graag ter plaatse het beste te kiezen voor je rug.

DE BESTE MATRASSEN, LATTENBODEMS, BOXSPRINGS, BEDDEN, HOOFDKUSSENS,  
BUREAUSTOELEN, RELAXZETELS, ZITMEUBELN, KNIESTOELEN, BEDCANAPÉS,  
KLEERKASTEN ALLE MATEN.



**Ergopolis<sup>®</sup>**  
**Bedking**

**Leuvensesteenweg 338 | Boortmeerbeek | Tel. 015 52 03 60 | [www.bedking.be](http://www.bedking.be)**

Open: wekdagen: 10-18.30 u. - za. 10-18 u. - zon. open 14-18 u. - di. & feestd. gesloten

# Optiek Verhulst

UITGEBREID TOT 450m<sup>2</sup> BELEVINGSWINKEL

**NIEUW**  
HOORCENTRUM  
SINDS MEI 2017

**100% service**, daar gaan we voor!  
We beschikken over speciale **Zeiss meetapparatuur** voor centrage en we zijn gespecialiseerd in **progressieve en verdunde glazen**. Samen bespreken we de beste oplossing voor uw brilglazen.

**-15 % OP MONTUUR EN/OF GLAZEN**  
OP VERTOON VAN DEZE ADVERTENTIE OF PERSONEELSKAART UZ LEUVEN OF KU LEUVEN

## EEN GREEP UIT ONS AANBOD

Chanel	Lindberg
Gucci	Lafont
Ray Ban	Adidas
Giorgio Armani	...

## ... ER IS MÉÉR, KOM EENS LANGS!

ma 14 - 18 uur	do 9 - 20 uur
di 9 - 18 uur	vrij 9 - 18 uur
woe 9 - 18 uur	za 9 - 17 uur

in juli en augustus do 9 - 18 uur

**GRATIS**  
HOORTOESTEL  
OP PROEF

In ons **hoorcentrum** bieden we volledig onafhankelijk advies en keuze uit alle merken, mét terugbetaling.

**GRATIS HOORTEST NA AFSPRAAK | 2 JAAR GRATIS BATTERIJEN\***

\*BIJ AANKOOP VAN HOORTOESTEL EN OP VERTOON VAN DEZE ADVERTENTIE OF PERSONEELSKAART UZ LEUVEN OF KU LEUVEN

  
**VERHULST**  
LEUVEN

**DE GROOTSTE KEUZE IN LEUVEN**

Tiensestraat 181-193 | 3000 Leuven  
016 22 42 56 | [www.optiekverhulst.be](http://www.optiekverhulst.be)

**VAN HARTE  
WELKOM!**

