

Programma

1. De biologische klok,

Prof. dr. Roelof Hut, chronobioloog aan de Universiteit Groningen

Ben jij een ochtendmens of een avondmens? Komt jouw werkschema overeen met je interne klok? En wat maakt dat eigenlijk uit?

Is ploegdienst echt zo ongezond? En verhogen nachtdiensten de kans op het krijgen van borstkanker? Roelof Hut, chronobioloog aan de Universiteit van Groningen vertelt over onze biologische klok en de invloed ervan op ziekte en gezondheid.

én

2a. Muziek en het brein,

Pim Giel, producent/filmmaker Miracles of Music

In deze mini-show, leer je heel veel over de invloed van muziek op het brein, en wat je hier zelf mee kunt. Het is geen droge verhandeling maar een speelse workshop met muziek en film, waar je eigen inbreng wordt gewaardeerd (maar je mag ook gewoon luisteren en kijken natuurlijk). Je krijgt tips & tricks die je meteen kunt toepassen! Een interactieve workshop die je niet mag missen, tot lering en vermaak zagezegd. Kom en laat je inspireren!

óf

2b. Prostaatcancer, en dan?

Ralf Regensburg, uroloog NWZ en Sandra Westerlaken, verpleegkundig specialist oncologie

Er gaan meer mannen dood mét prostaatcancer dan aan prostaatcancer, hoor je weleens. Maar is dat nog steeds zo? We zien prostaatcancer steeds meer in de huisartsenpraktijk. Wat is het eigenlijk, en hoe vaak komt het voor. Wat betekent een afwijkende PSA, en als er prostaatcancer is vastgesteld, wat zijn dan de behandelmogelijkheden en de bijwerkingen daarvan. Ook hormoontherapie wordt besproken. En last but not least: waarom is de ene man doodziek en wordt de andere er heel oud mee zonder al te veel klachten? Kom luisteren en laat je informeren.

óf

2c. De weerbarstige patiënt,

Ilonka Brugemann, huisarts (communicatie)trainer, intervisiebegeleider en coach

Hoe ga je om met de patiënt met weerstand? Bij welke patiënt(en) ervaar jij vooral weerstand en waar komt dat vandaan? Hoe komt weerstand eigenlijk en hoe kan je weerstand ombuigen?

In deze workshop beginnen we bij de praktijkervaringen. Via de theorie over weerstandsgedrag en de huidige inzichten over het beïnvloeden daarvan gaan we letterlijk en figuurlijk aan de slag zodat in de praktijk van morgen weerstand misschien wel vooral een interessante uitdaging wordt.

Nieuwsgierig? Schrijf je in voor deze interactieve en dynamische workshop.

én

3a. Hypertensie, Public Enemy nr. 1!

Mark van der Wel, huisarts in Nijmegen, onderzoeker en docent afdeling Eerstelijngeneeskunde Radboudumc

De nieuwe richtlijn CVRM is in aantocht, en in afwachting daarvan nemen we de bloeddruk alvast onder de loep! Een swingende workshop waarin je met je neus op de feiten wordt gedrukt m.b.t. (strengere?) streefwaarden en diverse meetmethoden. Als je in de praktijk weleens een bloeddruk meet moet je erbij zijn, dus.

óf

3b. Darmkanker,

Sandra Westerlaken, verpleegkundig specialist oncologie.

Sinds een aantal jaar wordt iedere inwoner van Nederland van 55 tot 75 jaar de mogelijkheid geboden om deel te nemen aan het Bevolkingsonderzoek naar Darmkanker en veel mensen geven gehoor aan deze oproep. Wat betekent het als iemand een afwijkende uitslag krijgt. Wat is het vervolgonderzoek. Hoe is de diagnostiek, de chirurgische behandelopties en eventuele aanvullende behandelingen, zoals chemotherapie enz.

Patiënten bellen vaak als eerste de huisarts. Na deze scholing heb je achtergrondinformatie en ben je op de hoogte van de nieuwste ontwikkelingen en behandelopties.

óf

3c. De weerbarstige patiënt,

Ilonka Brugemann, huisarts (communicatie)trainer, intervisiebegeleider en coach.

Zie voor informatie over deze workshop onderdeel 2C

én

4. Het vrouwenhart,

Dr. Janneke Wittekoek, cardioloog

We hebben het onderwerp al vaker op de agenda gezet, maar er valt nog steeds veel te vertellen! Wij vrouwen mogen dan ouder worden dan mannen, hart- en vaatziekten zijn nog steeds doodsoorzaak nummer 1 bij vrouwen in Nederland. Meer dan de helft van de hartinfarcten van vrouwen wordt niet herkend. De gebruikelijke onderzoeken leveren bij vrouwen lang niet altijd een juiste diagnose op. Zo langzamerhand weten we wel dat er iets moet veranderen. Tijdens deze presentatie praat de bevrogen cardioloog dr. Janneke Wittekoek ons bij. En na afloop is er gelegenheid om haar boek aan te schaffen. Doen!

Programma

09.00 – 09.30 - inloop met koffie/thee

09.30 – 10.45 - 1. Plenaire opening: De Biologische Klok

10.45 – 11.15 - pauze

11.15 – 12.30 - keuzeworkshop:

- 2a Muziek en het brein
- 2b Prostaatanker, en dan?
- 2c De weerbarstige patiënt

12.30 – 13.30 - lunch aangeboden door de NVDA

13.30 – 14.45 - keuzeworkshop

- 3a Hypertensie, Public enemy nr. 1
- 3b Darmanker
- 3c De weerbarstige patiënt (dezelfde workshop als 2c)

14.45 – 15.00 - pauze

15.00 – 16.15 - 4. plenaire afsluiting: Het Vrouwenhart

16.15 – 17.00 - borrel