

Adviezen plaspoli leefregels meisjes



HET VAN WEEL-BETHESDA ZIEKENHUIS

Hoofdlocatie:
Stationsweg 22
3247 BW Dirksland

vanweelbethesda.nl
mijn.vanweelbethesda.nl
0187 60 73 00

Afspraken voor thuis

Drinkafpraak

1. Ontbijt 2 bekertjes drinken
2. Pauze school 1 beker drinken
3. Middagpauze 2 bekertjes drinken
4. Na school 2 bekertjes drinken
5. Avondeten 1 beker drinken
6. Naar keuze



Plasafpraak

Wanneer ga ik plassen?

1. Voor school
2. In de pauze
3. In de middagpauze
4. Na school
5. Voor/ na het avondeten
6. Voor het slapen
7. Voelen is gaan



Poepafpraak

Wanneer ga ik poepen?

1. Na het ontbijt
2. Na het middageten
3. Na het avondeten
4. Voelen is gaan



Adviezen drinken/voeding

Aangeraden hoeveelheid vezels per dag:	Leeftijd + 5 gram (bij obstipatie +10)
Aangeraden hoeveelheid vocht per dag:	3/4 - 1 liter per dag tot 4 jaar 1 - 1½ liter per dag 4 tot 12 jaar

Vezelrijke voeding

Alleen plantaardig voedsel bevat vezels (mits niet verwijderd bij de fabricage of bereiding) zoals:

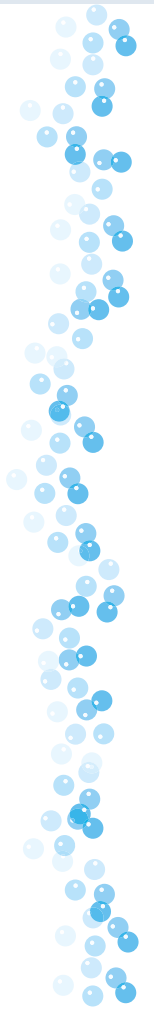
- Volkoren producten
- Verse vruchten en Zuidvruchten
- Peulvruchten
- Groenten (rauw en gekookt)
- Aardappelen
- Noten en zaden



Veel water

Uit de kraan of uit de fles

- Bij het opstaan al meteen een glas water drinken
- Vruchtensap verdunnen met water
- Thee
- Maximaal 2-3 melkconsumpties per dag



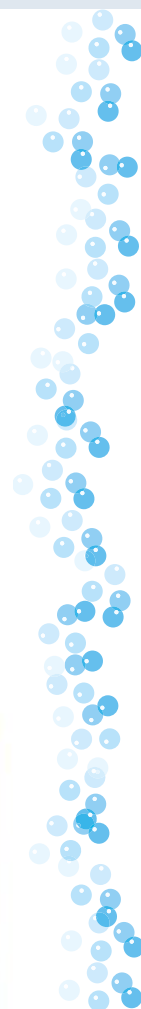


Juiste plashouding meisje

- Voeten plat op de grond
- Knieën iets uit elkaar laten vallen
- Handen met handpalm naar boven op de knieën
- Rug recht iets hol.
- Ontspannen schouders.

Juiste poephouding meisje

- Voeten plat.
- Knieën iets uit elkaar
- Handen op de knieën en handpalmen naar boven
- Rug Bol maken / Doorzakken
- Ontspannen schouders.



Minderjarigen

De wet op de geneeskundige behandelingsovereenkomst (WGBO) is heel duidelijk over de rechten van minderjarigen in relatie tot het nemen van beslissingen over een bepaalde behandeling of onderzoek. Kinderen tot twaalf jaar mogen niet voor zichzelf beslissen over een behandeling of onderzoek, terwijl voor behandeling van kinderen tussen twaalf en zestien jaar zowel toestemming van de ouders als van het kind nodig is. Vanaf zestien jaar worden kinderen in de WGBO gelijkgesteld met volwassenen. Meer informatie hierover kunt u vinden op de website van Stichting Kind en Ziekenhuis en op de pagina over onze Kinderafdeling.

Meer informatie

Heeft u vragen of wilt u meer informatie? Kijk dan in uw persoonlijk PatiëntenPortaal, op onze website of vraag het aan uw zorgverlener via de BeterDichtbij app of telefonisch.

PatiëntenPortaal

Op ons PatiëntenPortaal mijn.vanweelbethesda.nl kunt u terecht voor veilige toegang tot uw medisch dossier, persoonlijke gegevens, het maken en inzien van afspraken en voorlichting over uw aandoening en/of behandeling. Het portaal is toegankelijk met behulp van uw DigiD.

DigiD voor kinderen

Inloggen in Mijn Van Weel-Bethesda kan met de DigiD van het kind. Een DigiD kan online aangevraagd worden via digid.nl. Het duurt daarna ongeveer 3 werkdagen voordat deze gebruikt kan worden. Kinderen van 14 jaar of ouder moeten zelf een DigiD aanvragen en gebruiken. Voor kinderen jonger dan 14 jaar mag u als ouder of voogd uw kind helpen bij het aanvragen en gebruiken van DigiD. U mag als gezagdragende ouder of verzorger het medisch dossier van uw kind inzien, maar op welke manier is afhankelijk van de leeftijd van uw kind. U leest hier meer over op onze website.

BeterDichtbij app

Met de gratis BeterDichtbij app heeft u eenvoudig en veilig contact met uw eigen arts of andere zorgverlener. Wanneer uw e-mailadres en uw mobiele telefoonnummer correct geregistreerd zijn in ons systeem, ontvangt u na het maken van uw eerste afspraak een uitnodiging voor deze app.

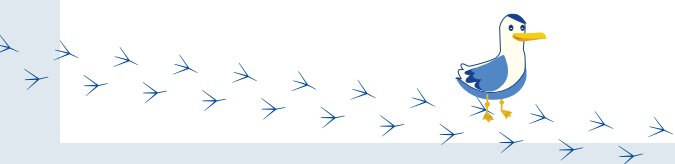
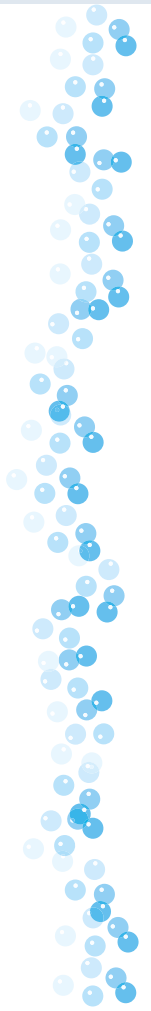
Hulp nodig bij het PatiëntenPortaal of BeterDichtbij?

Neem contact op met de Digihulp van CuraMare via digihulp@curamare.nl of 0187 89 10 10 (tijdens kantooruren).



Vergoeding van uw zorgkosten

Niet alle zorg in het ziekenhuis wordt vergoed door uw zorgverzekeraar. U betaalt ook altijd de hoogte van uw eigen risico. Vraag vooraf bij uw zorgverzekeraar of uw behandeling in ons ziekenhuis vergoed wordt.





Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis is
onderdeel van:



CURAMARE

Ouderenzorg - Thuiszorg - Ziekenhuiszorg