

Nieuwsbrief augustus – Ludwig Kliniek

Welkom beste lezer!

In deze nieuwsbrief delen we met u graag de recente ontwikkelingen binnen Ludwig Kliniek. We stellen onze nieuwe **cardioloog Laura Meems** aan u voor en vertellen meer over het nieuwe **cardiometabole spreekuur**. Daarbij gaat het om de samenhang tussen hart, stofwisseling en leefstijl. Daarnaast blikken we vooruit op onze bijeenkomst **‘Over Gewicht, Hart en Hormonen’** op 16 (voor professionals) en 19 september (voor alle belangstellenden) in Schouwburg Odeon in Zwolle. Beide sessies zijn gratis toegankelijk. De professionele sessie is ook geaccrediteerd.

Ook delen we een bijzondere **patiëntencasus** en laten we u kennismaken met onze nieuwe **LinkedIn**-pagina.

Veel leesplezier!

16 september – Nascholing “Over Gewicht, Hart en Hormonen”

Obesitas is een belangrijke oorzaak van allerlei gezondheidsproblemen, zoals hypertensie en diabetes en daardoor ook hart- en vaatziekten.

Een **gezond gewicht** is daarom heel belangrijk.

Tijdens deze **gratis toegankelijk en geaccrediteerde nascholing** (2 punten) informeren vier artsen van Ludwig Kliniek (Laura Meems en Marieke Ludwig), Femina Clinic (Thirsa Visser) en het Isala Ziekenhuis (Tom Meijers) u over de ontwikkelingen rondom de behandeling van obesitas, vooral bij mensen met een verhoogd cardiovasculair risico.

Het programma bevat een toelichting op de behandeling met nieuwe medicatie in combinatie met leefstijladviezen. Ook aan bod komen vragen als: Wat is het verband tussen menopauze en hartklachten en wat kun je daar mee doen? Wat is ANOCA en hoe kom je daar achter?

Plaats:

- Schouwburg Odeon, HN-AB Foyer

Programma:

- 18:30 inloop
- 19:00 presentatie

- 19:50 pauze
- 20:10 presentatie
- 21:00 einde

Aanmelden via contactgegevens onderaan deze nieuwsbrief!



19 september – Publiekslezing “Over Gewicht, Hart en Hormonen”

Tijdens dit **gratis toegankelijk** evenement informeren drie artsen van Ludwig Kliniek, Femina Clinic en het Isala Ziekenhuis u over een gezond gewicht en hoe dat vast te houden! Verder aandacht voor moderne medicatie en wat nog meer belangrijk is voor langjarig effect. Ook de invloed van de overgang komt hierbij aan bod.

Aandacht voor ziekten van de kleine vaten en coronairspasme. Uitleg over hartkatheterisatie met de coronaire functietest. Voor dit onderzoek werken Ludwig Kliniek en Isala al een tijd samen. Wat is de invloed van leefstijlaanpassing en waarom loont het om af te vallen?

Plaats:

- Schouwburg Odeon, Dommerholtzaal

Programma:

- 14:30 inloop
- 15:00 presentatie
- 15:50 pauze
- 16:10 presentatie
- 17:00 einde

Informatieve lezing in een heel **prettige sfeer**. Mede door de muziek van 058 Jazz4tet!
Meld u aan via de contactgegevens onderaan deze nieuwsbrief_

Interview Laura Meems

1. Kennismaking & achtergrond

Kun je jezelf kort voorstellen aan onze patiënten?



Mijn naam is **Laura Meems**. Ik woon in Groningen met mijn man en twee dochters. Sinds 1 juli werk ik als cardioloog bij de Ludwig Kliniek.

Ik ben opgeleid in het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG). Daarna heb ik in Zwitserland een tweejarige vervolgopleiding gevolgd tot hartfalencardioloog. De afgelopen drie jaar werkte ik als cardioloog in het UMCG. Daar behandelde ik vooral mensen met hartfalen. Ik deed ook onderzoek naar

hartfalen bij vrouwen met een normale pompkracht van het hart en naar de invloed van overgewicht op het ontstaan van hartfalen.

Wat heeft je destijds doen kiezen voor de cardiologie?

Het hart heeft mij altijd geboeid. Als kind vond ik het al een bijzonder orgaan. Tijdens mijn opleiding leerde ik hoe slim het hart eigenlijk is. Als je begrijpt hoe het hart werkt, kun je vaak een goede behandeling vinden en mensen helpen of genezen.

De afgelopen jaren heb ik ook geleerd dat de gezondheid van het hart sterk samenhangt met de gezondheid van de rest van het lichaam. Daardoor ben ik de cardiologie alleen maar interessanter gaan vinden.

Wat spreekt je aan in de werkwijze van de Ludwig Kliniek?

Bij de Ludwig Kliniek staat de patiënt centraal. Niet de dokter, de laborant of de manager, maar de patiënt. Daar is de kliniek voor opgericht.

Dat zorgt voor een open, prettige en gelijkwaardige sfeer. Ik voel me daar erg thuis. Er is ruimte voor persoonlijke aandacht en soms ook voor een grapje. Schrik dus niet als ik u een kopje koffie aanbied of de gebruikte glazen opruim. Dat doe ik met plezier.

2. Het belang van cardiometabole gezondheid

De term 'cardiometabool' horen we steeds vaker. Wat betekent dit eigenlijk?

Het woord 'cardiometabool' bestaat uit twee delen. 'Cardio' betekent hart en 'metabool' heeft te maken met de stofwisseling.

De **gezondheid van het hart en de stofwisseling** zijn nauw met elkaar verbonden. Problemen met de stofwisseling kunnen hartziekten veroorzaken. Andersom kunnen hartproblemen ook invloed hebben op de stofwisseling.

Waarom zijn overgewicht, diabetes en hart- en vaatziekten zo nauw met elkaar verbonden?

Overgewicht, diabetes en hart- en vaatziekten zijn voorbeelden van cardiometabole aandoeningen. Door overgewicht of diabetes kunnen veranderingen in het lichaam ontstaan die het hart en de bloedvaten beschadigen.

Daarom is het belangrijk om niet alleen goed voor uw hart te zorgen, maar ook aandacht te besteden aan overgewicht en diabetes. Een goede behandeling hiervan helpt ook om het hart gezond te houden.

Wat zie jij in de praktijk bij patiënten waarbij gewicht een belangrijke rol speelt in hun gezondheid?

Overgewicht gaat vaak samen met andere **gezondheidsproblemen**, zoals een hoge bloeddruk, diabetes, een hoog cholesterol of hartproblemen. Daardoor hebben mensen vaak veel medicijnen nodig en moeten zij regelmatig naar een arts.

Daarnaast zijn er **ook** vaak **klachten** die **minder zichtbaar** zijn. Denk aan pijnlijke gewrichten, minder vruchtbaarheid bij jonge vrouwen, vermoeidheid, benauwdheid, weinig zelfvertrouwen en een negatief zelfbeeld.

Een te hoog gewicht kan dus veel invloed hebben op het dagelijks leven

3. Het nieuwe cardio-metabole spreekuur

Ludwig Kliniek start met het cardiometabool spreekuur. Waarom is dit spreekuur juist nu belangrijk?

Overgewicht komt steeds vaker voor en is een groot gezondheidsprobleem. De afgelopen jaren heb ik veel mensen met overgewicht of obesitas op mijn spreekuur gezien.

Wanneer we het hadden over de invloed van hun gewicht op hun hartklachten, hoorde ik vaak hetzelfde verhaal. Mensen zeiden: 'Ik weet dat ik te zwaar ben. Ik wil er graag iets aan doen, maar het lukt me niet altijd.'

Lange tijd werd gedacht dat overgewicht alleen een eigen keuze is. Mensen kregen vaak te horen: 'Dan moet je minder eten' of 'Je moet meer sporten.' Ik ben het daar niet mee eens. **Overgewicht heb je niet altijd zelf in de hand.** Er spelen vaak veel verschillende factoren mee.

Met het cardiometabole spreekuur willen we mensen helpen om gezonder te worden. We kijken niet alleen naar het hart, maar naar de gezondheid van het hele lichaam. Daarbij

kunnen we, als dat nodig is, samenwerken met andere zorgverleners, zoals een psycholoog, diëtist of gynaecoloog.

Voor welke patiënten is dit spreekuur bedoeld?

Dit spreekuur is bedoeld voor iedereen die zich zorgen maakt over zijn of haar cardiometabole gezondheid en wil laten onderzoeken hoe die ervoor staat.

Sommige mensen komen om gezondheidsproblemen te voorkomen. Anderen hebben al klachten en willen weten waar die vandaan komen. In beide situaties kijken we zorgvuldig naar de **oorzaak** en geven we een **persoonlijk advies**. Als dat nodig is, maken we ook een **behandelplan**.

Wat kunnen patiënten verwachten tijdens een eerste bezoek?

Tijdens het eerste bezoek brengen we de cardiometabole gezondheid in kaart. We kijken onder andere naar:

- de bloeddruk;
- het gewicht;
- de nierfunctie;
- het cholesterol;
- de bloedsuiker;
- het inspanningsvermogen;
- de gezondheid van het hart.

Om dit goed te kunnen beoordelen, vragen we patiënten om vóór het eerste bezoek bloed te laten prikken. De uitslagen zijn dan tijdens het consult beschikbaar.

Tijdens het eerste bezoek meten we ook de bloeddruk. Daarnaast maken we een hartfilmpje (ECG), een echo van het hart en doen we een fietstest.

Na alle onderzoeken volgt op dezelfde dag nog een gesprek. Tijdens dat gesprek bespreken we alle uitslagen. Samen kijken we hoe het staat met de cardiometabole gezondheid en wat we kunnen doen om die verder te verbeteren.

Hoe verschilt dit spreekuur van een regulier cardiologisch consult?

De onderzoeken zijn bijna hetzelfde als bij een regulier cardiologisch consult. Heeft iemand kort geleden al een echo of fietstest gehad? Dan kunnen we die uitslagen vaak gebruiken. De onderzoeken hoeven dan meestal niet opnieuw gedaan te worden.

Het grootste verschil zit in de behandeling. We kunnen medicijnen voorschrijven die niet alleen goed zijn voor het hart, maar ook voor de stofwisseling en de algehele gezondheid.

Een voorbeeld hiervan zijn GLP-1-agonisten. Veel mensen kennen deze medicijnen als middelen om af te vallen. Maar ze doen veel meer dan alleen helpen bij gewichtsverlies.

Ze kunnen ook de bloedsuiker verlagen, de werking van de nieren en het hart ondersteunen en sommige mensen helpen om minder behoefte te hebben aan bijvoorbeeld roken.

Juist omdat deze medicijnen op meerdere onderdelen van de gezondheid een positief effect kunnen hebben, passen ze goed binnen het cardio-metabole spreekuur.

4. Leefstijl en moderne behandelingen

Leefstijl speelt een steeds grotere rol binnen de cardiologie. Waarom is dat zo belangrijk?

Voorkomen is nog altijd beter dan genezen. Overgewicht en obesitas vergroten de kans op hart- en vaatziekten. Daarom is het belangrijk om aandacht te besteden aan een gezonde leefstijl.

Dat geldt niet alleen voor een gezond gewicht. Ook roken, alcohol en drugs hebben een negatieve invloed op de gezondheid van het hart. Door gezonder te leven, kun je de kans op hart- en vaatziekten verkleinen.

Er is veel aandacht voor medicijnen zoals Ozempic en Mounjaro. Hoe kijk jij naar deze ontwikkeling?

Ik vind het een positieve ontwikkeling dat deze medicijnen beschikbaar zijn.

Ozempic en Mounjaro werken doordat ze een lichaamseigen hormoon, incretine, nabootsen. Dit hormoon zit van nature in de darmen en helpt onder andere bij de spijsvertering. Het zorgt ervoor dat de maag langzamer leeg raakt, je langer een vol gevoel hebt en de bloedsuiker beter wordt geregeld.

Door deze werking hebben mensen minder honger en vallen zij vaak af.

Maar deze medicijnen doen meer dan alleen helpen bij gewichtsverlies. Onderzoek laat zien dat ze ook de werking van het hart en de nieren kunnen ondersteunen. Mensen met hartfalen hebben soms minder plastabletten nodig. Daarnaast lijken sommige mensen minder behoefte te krijgen aan een sigaret.

Daarom zie ik deze medicijnen niet alleen als afslankmedicatie, maar als een behandeling, die de cardiometabole gezondheid op meerdere manieren kan ondersteunen.

Wat is volgens jou een realistische verwachting van deze medicatie?

Ik denk dat we nog maar aan het begin staan van wat deze medicijnen kunnen betekenen.

Veel mensen zien ze vooral als een snelle manier om af te vallen. Dat doet deze medicijnen eigenlijk tekort. Ze kunnen namelijk niet alleen helpen bij gewichtsverlies,

maar ook bijdragen aan een betere gezondheid van het hart, de stofwisseling en andere organen.

Ik zie deze medicijnen daarom vooral als een nieuwe manier om ziekten te voorkomen én bestaande gezondheidsproblemen beter te behandelen.

Waarom blijft leefstijlverandering ook bij gebruik van deze middelen noodzakelijk?

Medicijnen alleen zijn niet genoeg. Als je niets verandert aan je leefstijl, is de kans groot dat je weer aankomt zodra je stopt met de medicatie. Medicijnen kunnen dus een belangrijke ondersteuning zijn. Voor een blijvend resultaat blijft een gezonde leefstijl altijd nodig.

5. Persoonlijke visie

Wat is je visie op het begeleiden van patiënten met overgewicht?

Ik vind dit een mooie en uitdagende ontwikkeling. Het is ook voor mij een nieuw onderdeel van mijn vak. Ik heb al veel ervaring met het behandelen van mensen met hartproblemen. Nu richt ik mij ook steeds meer op mensen met overgewicht.

Ik geloof dat **goede zorg begint met samenwerken**. Als cardioloog ben ik verantwoordelijk voor de juiste medische behandeling en het aanpassen van medicijnen als dat nodig is. Tegelijkertijd speelt de patiënt zelf ook een belangrijke rol. Veranderingen in leefstijl en dagelijkse gewoonten zijn belangrijk om een blijvend resultaat te bereiken.

Wat geeft jou de meeste voldoening in de begeleiding van patiënten?

Het mooiste vind ik dat ik mensen weer **hoop** kan geven. Ik geniet ervan om te zien dat iets wat eerst onmogelijk leek, toch weer mogelijk wordt. Dat mensen weer energie krijgen, kunnen meedoen aan het dagelijks leven en weer kunnen genieten van de dingen die voor hen belangrijk zijn.

Welke misvatting over afvallen, gezondheid of hartziekten kom je vaak tegen?

Veel mensen denken nog steeds dat overgewicht, een ongezonde leefstijl en hartproblemen altijd de eigen schuld zijn. Dat is een hardnekkige misvatting. Natuurlijk speelt leefstijl een rol, maar er zijn veel meer factoren die invloed hebben op het ontstaan van overgewicht en hartziekten. Denk bijvoorbeeld aan erfelijkheid, hormonen, medicijnen of andere gezondheidsproblemen. Ik hoop dat we in de toekomst meer begrip krijgen voor hoe complex deze aandoeningen zijn.

Welk advies zou je willen meegeven aan mensen die worstelen met hun gewicht en zich zorgen maken over hun gezondheid?

Praat erover met een arts. Zoek hulp als je merkt dat het niet alleen lukt, of laat je gezondheid eens controleren. Dat je je zorgen maakt, is vaak al een eerste stap. Het laat zien dat je iets wilt veranderen.

Gewicht en gezondheid zijn nauw met elkaar verbonden. Je hoeft daar niet alleen mee rond te lopen. Samen kun je kijken wat bij jou past en welke stappen mogelijk zijn.

6. Vooruitkijken

Welke ontwikkelingen binnen de cardiologie of metabole zorg vind jij het meest veelbelovend?

Ik vind het een goede ontwikkeling dat we steeds meer kijken naar **de hele mens** en niet alleen naar het hart. Ook is er steeds meer aandacht voor verschillen tussen mannen en vrouwen. Zo leren we steeds beter welke invloed bijvoorbeeld de overgang heeft op de gezondheid van vrouwen.

Daardoor kunnen we behandelingen steeds beter afstemmen op de persoon zelf. Niet alleen op een groep patiënten met dezelfde aandoening. Dat is ook waar we bij de Ludwig Kliniek in geloven. We kijken samen welke behandeling het beste past bij iedere patiënt.

Wat hoop je dat het cardiometabole spreekuur de komende jaren voor patiënten kan betekenen?

Ik hoop dat onze patiënten ervaren dat ze er niet alleen voor staan. Gezond worden en gezond blijven doe je samen met je arts en andere zorgverleners.

Iedereen verdient een behandeling, die past bij zijn of haar persoonlijke situatie. Daarom willen we mensen begeleiden op een manier die bij hen past.

Ik hoop dat we met dit spreekuur echt een verschil kunnen maken. Dat we mensen helpen om **gezonder te worden**, gezonder te **blijven** en **meer plezier** uit het leven te halen. En vooral dat goede zorg voor iedereen **toegankelijk** is.

Een bijzondere bezoeker...



Hij is een topzwemmer uit Engeland en had, zo leek het, ‘plotseling’ iets aan zijn hart. Er was een afwijkende waarde gemeten en de artsen waren gelijk op hun hoede. Totdat duidelijk zou worden wat er precies speelde, kon hij maar beter rustig aan doen. Maar vertel dat maar aan een jonge,

sterke, sportieve, kerel, die juist ambities heeft om mee te doen aan de grote kampioenschappen. De Olympische Spelen is zijn ultieme droom. Frustratie en teleurstelling volgden elkaar op en ongerustheid over zijn eigen fysieke situatie zwom daar doorheen.

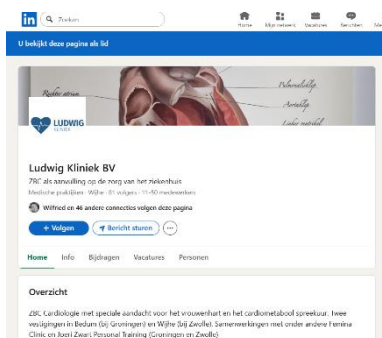
De zwemvereniging nam echter geen risico en verbood verder inspannende belasting. Eerst zou de Engelse zorg (NHS) moeten uitzoeken wat er nu echt aan de hand was. De NHS zette zijn onderzoek op een wachtlijst zonder einddatum. Het kon wel minstens 1 à 1,5 jaar duren. De Brexit heeft wat dat betreft niks verbeterd.

Gelukkig liep er een lijn van deze jongeman naar Ludwig Kliniek in Bedum. Hier gold: 'vraag niet hoe het kan, maar profiteer ervan'. We hebben hem daarom uitgenodigd en binnen heel korte tijd zelf aan een hartonderzoek in onze kliniek kunnen helpen. Vervolgens vonden we een vriendelijke cardioloog en radioloog in een ziekenhuis vlakbij, die aansluitend een MRI konden laten maken.

Het eind van het liedje bleek te zijn, dat er niets aan scheelde. Die afwijkende meting was een éénmalige afwijking. Hij bleek verder kerngezond. Dankzij de vriendelijke hulp van verschillende artsen in Noord-Nederland kon hij na een paar maanden weer de trainingen opstarten. Bovendien onderstreept het de voordelen van ons systeem in Nederland.

We helpen graag iedereen volgens het motto "doe voor een ander wat je hoopt, dat een ander ooit voor jou zal doen". Dit was wel een heel mooi (en éénmalig) voorbeeld daarvan!

Ludwig Kliniek nu ook op LinkedIn!



Ludwig Kliniek is sinds deze zomer ook te vinden op LinkedIn. Via onze pagina delen we regelmatig nieuws, ontwikkelingen binnen de kliniek en updates over onze activiteiten. Zo houden we u ook online op de hoogte van wat er speelt binnen Ludwig Kliniek.

Van harte uitgenodigd onze site te volgen en ook op die manier op de hoogte te blijven!

Reviews op de website

Hieronder zijn drie recente ervaringen te lezen van enkele patiënten van Ludwig Kliniek. Alle reviews zijn te vinden op onze website. Wij stellen deze zeer op prijs, dus u bent ook van harte uitgenodigd uw eigen mening en ervaring toe te voegen! Dan kan via

<https://ludwigkliniek.nl/over-ons/ervaringen/>

2 juli - Meer dan waard

Na jaren onder behandeling te hebben gestaan bij dokter Nijhuis, besloot hij te switchen naar deze kliniek. Voor ons een stukje verder rijden, maar dat weegt niet op tegen de rust en tijd die je ervoor terug krijgt.

We hebben enkele consulten aangezien in het ziekenhuis, waarbij er behoorlijk wat mis is gegaan sinds de verandering van arts. Ik heb er dan ook niet lang over hoeven nadenken om de kliniek te contacteren en de verzekering aan te passen zodat we fijn verder kunnen met dokter Nijhuis.

Het was een fijn weer zien, een plan de campagne waar ik tevreden mee ben en vooral ook vertrouwen in heb. Dat was compleet weg, dankzij de collega's in het ziekenhuis. De medicatie is aangepast en hij voelt zich weer een stuk beter. Positieve vooruitzichten. Wij zijn zeer tevreden en dankbaar dat het zo kan.

18 februari - Afgelopen week de Ludwig kliniek

Afgelopen week de Ludwig kliniek bezocht. Wat een fijne ervaring. Alle tijd om je verhaal te doen en aansluitend gelijk wat testen en onderzoeken. Ook voor de afronding werd er weer veel aandacht en uitleg aan de uitkomsten besteed. Fijn dat er ook artsen zijn die oog voor de patiënt als vrouw en mens hebben.

12 februari - Second opinion

Gisteren ben ik voor een second opinion bij de Ludwig kliniek in Wijhe geweest. Ik vond het spannend. Bij binnenkomst een vriendelijk ontvangst met een kopje thee. Gesprek met de cardioloog was fijn en er was tijd, de onderzoeken werden kundig uitgevoerd en ook hier werd ik gezien, heel prettig. Het eindgesprek was duidelijk er was alle ruimte voor vragen. Advies wijziging medicatie met duidelijke uitleg wanneer ik verschil zou moeten merken. Vervolgafpraak om medicatie te finetunen. Blij met mijn second opinion, het maakt veel duidelijk.

Afspraak maken?

U bent van harte welkom in Bedum of Wijhe.

- Bedum: 0031 (0)50 3052061 (Stationsweg 59, Bedum)
- Wijhe: 0031 (0)570 259210 (Oranjelaan 5, Wijhe)

Plan online via: [Welkom op de Ludwig Kliniek](#)



Heeft u andere vragen of suggesties?

Van harte uitgenodigd via

- secretariaat@ludwigkliniek.nl
- secretariaatwijhe@ludwigkliniek.nl

We horen graag van u!

Tot de volgende editie,

Team Ludwig Kliniek