

# Nieuwsbrief

Uitgave van de Multiple Sclerose Vereniging Nederland  
afdeling Twente

Opgericht 12 juni 1980

Internet: [www.mspvtwente.nl](http://www.mspvtwente.nl)

Jongeren website: [www.msjt.nl](http://www.msjt.nl)



## **INHOUDSOPGAVE**

**pag. 2**  
Jongeren-site Twente  
**Pag. 3**  
Van de voorzitter  
**pag. 4**  
Onderzoeken CCSVI  
**pag. 5**  
Dag iedereen  
**pag. 6**  
Misverstand  
Doe eens anders

**pag.7**  
Uitnodiging "Spanning en stress"  
**pag. 8**  
Activiteiten MS-vereniging  
**pag. 9**  
Activiteitenkalender 2010-2011  
**pag. 10 - 11**  
Verschuivingen  
neurologie Enschede  
Een week Renesse  
**pag.12**  
Telefoonnr. en emailadressen

14<sup>e</sup> jaargang  
nummer 2  
september 2010



Op deze pagina zul je in het vervolg de vaste rubriek voor jongeren met MS aantreffen. Maar omdat deze Nieuwsbrief slechts enkele keren per jaar uitkomt, is het wijs om regelmatig de jongerenwebsite [www.msjt.nl](http://www.msjt.nl) te raadplegen.

## Jongeren-site Twente

### Hoe gaan jongeren om met spanning en stress?

Als je MS hebt kunnen spanning en stress van grote invloed zijn op je geestelijke en lichamelijke gesteldheid.

Dat geldt zeker ook voor jongeren. Maar hoe ga je daar mee om? Wat kun je er tegen doen? Welke invloed heeft het op je werk, studie of relatie? En hoe reageert je omgeving erop?

Deze, en nog veel meer vragen kunnen bij je opkomen als spanning en stress je leven (gaan) beïnvloeden.

Op alle vragen krijg je antwoord tijdens de workshop "Omgaan met spanning en stress". Rebecca de Jong, bekend van de workshop over arbeid, re-integratie en solliciteren, tijdens de MS-Jongerendag in de Grolsch Veste, zal samen met een ervaringsdeskundige richting aan deze workshop geven. Maar jouw inbreng is natuurlijk minstens zo belangrijk.

Graag nodig ik je uit om op woensdag 20 oktober van 19.30 tot 21.30 uur bij deze workshop aanwezig te zijn in het v.d. Valk Hotel Hengelo, Bornsestraat 400 (bij de A1). Vooraf krijg je vanaf 19.00 uur een gratis kop koffie of thee aangeboden. En natuurlijk mag je je partner, vriend of vriendin meenemen.

Je kunt je tot 10 oktober opgeven via [info@msje.nl](mailto:info@msje.nl). Laat wel even weten met hoeveel personen je komt. Tot 20-10-2010. Sander.

### MS-Jongeren-café.

Vanwege het succes van de MS-Jongerendag afgelopen april zal er vanaf november elke twee maanden een MS-Jongeren-café worden gehouden. In Bistro de Broeierd kunnen jongeren tot 35 jaar uit de regio Twente onder het genot van een hapje en drankje niet alleen met elkaar praten over hun ziekte, maar vooral ook over alle andere dingen die hen bezighouden. Het voornaamste doel is om jongeren uit de regio bij elkaar te brengen. Partners, vrienden of vriendinnen zijn ook van harte welkom.

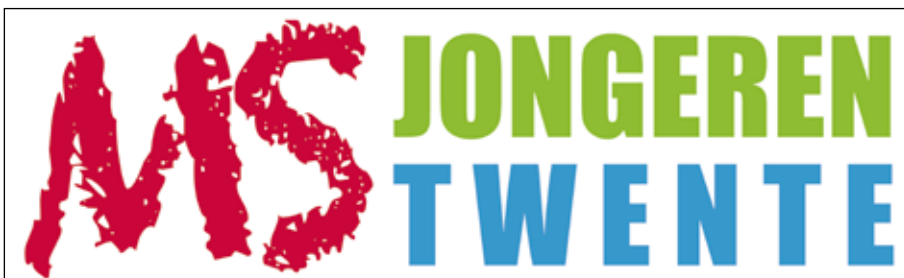
De eerste bijeenkomst zal op zaterdag 6 november zijn vanaf 14.00 uur tot ongeveer 16.00 uur. En als het erg gezellig wordt mag het natuurlijk ook later worden. Hoewel het niet de bedoeling is om het alleen over MS te hebben, zal de bijeenkomst wel in het teken staan van thema, als houvast. Op zaterdag 6 november zal dit "werken en/of studeren met MS" zijn. De volgende bijeenkomsten zullen in 2011 op 8/1, 26/2, 23/4, 18/6, 13/8, 8/10 en 3/12 plaats vinden. Voor deze bijeenkomsten zijn nog geen thema's bedacht, dus suggesties zijn welkom. In verband met het reserveren van de ruimte is het een vereiste om je vooraf aan te melden. Dit kan door een mailtje te sturen met je naam, adres en woonplaats naar [info@msjt.nl](mailto:info@msjt.nl) t.a.v. Sander Oord.

Bistro de Broeierd is in Enschede aan de Hengelosestraat 725.

Je kunt gratis parkeren en kom je met het openbaar vervoer dan is de bushalte en het NS-station (Enschede Drienerlo) op vier minuten loopafstand. De toegang is gratis en je mag iemand meenemen!

Met vriendelijke groet, Sander Oord, mobiel: 06 81 74 77 75.

Twitter: @sanderoord



# Van de voorzitter

## “Waar blijf de tied?”

Hebben jullie ook wel eens, dat je denkt dat de tijd sneller gaat dan het geluid?

Het is al weer september, de zomer bijna voorbij en de lente al weer lang vergeten.

Hoewel, het was me de lente wel. Twee grote gebeurtenissen in april, n.l. een geweldige presentatie over MS en voeding en de zeer geslaagde MS-jongierendag in de Grolsch Veste. Daar komt dan nog een 3<sup>e</sup> persoonlijke grote gebeurtenis bij, want ik ben 14 april voor het eerst opa geworden van de mooiste kleindochter van de wereld. Maar dit terzijde.

Enerverend waren de gebeurtenissen rond CCSVI en de onderzoeken naar vernauwingen in de afvoerende bloedvaten van de hersenen. Ook enkele leden in onze regio ondergingen dit onderzoek en lieten zich met wisselend succes behandelen. Voor- en tegenstanders betwisten elkaars mening, maar volledige duidelijkheid kan nog niemand geven. Laten we hopen dat de lopende onderzoeken spoedig klaarheid zullen brengen.

Laten we ook, wat de activiteiten in onze regio betreft, onze blik richten op de toekomst.

Als vervolg op de Jongierendag kunnen jongeren vanaf 6 november terecht in het MS-Jongeren-café. (zie hiervoor de jongerenpagina). Maar we hebben ook nog steeds “ouderencafé’s”. We noemen dat tot nu toe nog steeds “soos”. En die benaming roept bij veel mensen nog steeds associaties op met een clubje bejaarden, die zitten te breien of te kaarten.

Maar zowel onze “soos” in Enschede als in Wierden zijn actieve groepen met erg leuke activiteiten. Gezelligheid en ontspanning staan voorop. Dus, ik zou zeggen, ga er eens vrijblijvend een kijkje nemen en neem iemand mee die ook van een gezellig uitje houdt.

En heb je een leuke andere benaming voor “soos”, dan houd ik me aanbevolen.

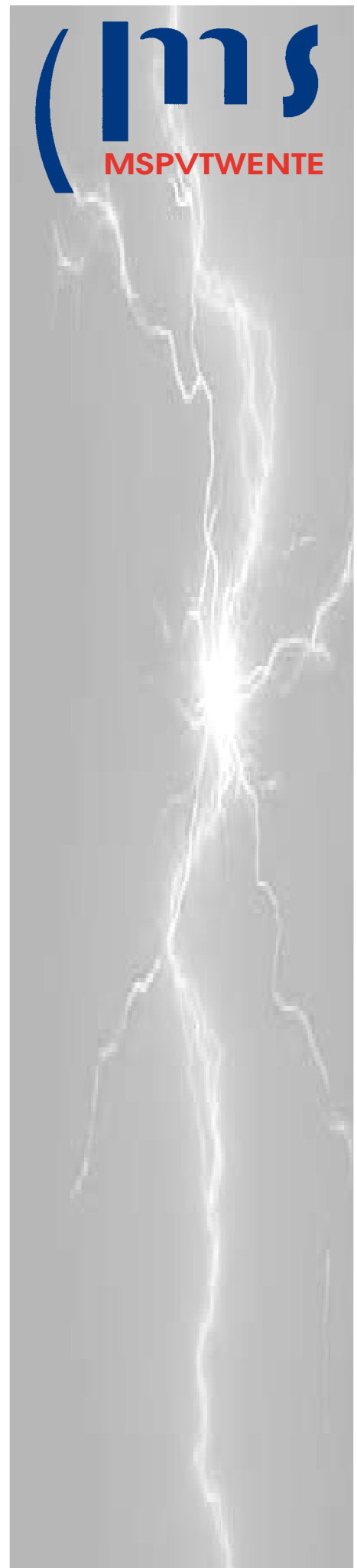
Gelukkig neemt ook de belangstelling voor MS-fitness en MS-yoga nog steeds toe.

Donderdag 9 september was in Almelo de start van de derde yogagroep in onze regio.

Over goed een maand, op 20 oktober, de zeer belangrijke bijeenkomst over “Omgaan met spanning en stress” en dan is het al weer zo Sinterklaas en Kerst.

Een paar dagen later kunnen we dan weer met Oudjaar zeggen: “Waar blijf de tied?”

*Jullie voorzitter.*





## ***NVN kritisch in discussie over mogelijke relatie vaatvernauwing en multiple sclerose***

De Nederlandse Vereniging voor Neurologie (NVN) raadt MS-patiënten af om zich te laten behandelen voor vernauwing van de halsaderen met de verwachting dat dit zou leiden tot vermindering of zelfs genezing van MS. Zij krijgen het advies nader wetenschappelijk onderzoek naar de mogelijke relatie tussen vaatvernauwing en MS af te wachten.

### ***Inleiding***

Het afgelopen jaar hebben verschillende berichten over een mogelijke relatie tussen Chronische Cerebro Spinale Veneuze Insufficiëntie (CCSVI) en Multiple Sclerose (MS) veel stof doen opwaaien. CCSVI is een vernauwing van de halsaderen waardoor de afvoer van bloed wordt belemmerd. Volgens een Italiaanse vaatchirurg, professor Zamboni, leidt verwijding van de vernauwde aderen (dotteren) tot verbetering of zelfs genezing van MS. In navolging van zijn ideeën wordt in een aantal landen inmiddels behandeling aangeboden. De NVN staat kritisch ten opzichte van deze ontwikkelingen en adviseert MS-patiënten de uitkomsten van lopend onderzoek in Nederland af te wachten alvorens zich te laten behandelen.

### ***Onderzoek Zamboni***

Zamboni beweert dat door een gestoorde afvoer van bloed uit de hersenen of het ruggenmerg stuwingsdruk in het zenuwstelsel ontstaat, wat leidt tot beschadiging van het zenuwweefsel en daarmee tot MS. Zamboni onderzocht 109 MS-patiënten en vond via vaatonderzoek een afwijkende bloedafvoer. Bij een controlegroep vond hij geen afwijkingen. Een venografie (MRI-scan van bloedvaten) bij 65 MS-patiënten liet vernauwingen in de afvoerende bloedvaten van de hersenen zien. Deze 65 patiënten voelden zich na een dotterbehandeling beter.

### ***De kritiekpunten van de NVN***

#### ***Oorzaak MS***

MS is een chronische ziekte van het centraal zenuwstelsel (ontstekingen en zenuwbeschadigingen). Ziektes waarvan bekend is dat zij beschadigingen geven van aderen, geven geen vergelijkbare afwijkingen in de hersenen. Het is daarom onwaarschijnlijk dat een gestoorde werking van de aderen een verklaring is voor het ontstaan van MS.

#### ***Test vaatvernauwing***

Zamboni gebruikt een zelf ontworpen test die een volledig onderscheid maakt tussen patiënten met MS (100%) en patiënten met andere neurologische afwijkingen (bijna 0%). Bij andere ziekten zijn echter geen testen bekend die een volledig onderscheid mogelijk maken. Een deel van de gevonden afwijkingen zijn technisch zeer lastig vast te stellen en de betrouwbaarheid is dan ook twijfelachtig. Het vóórkomen van een afwijking betekent niet dat die afwijking ook de oorzaak is, samenhang is niet hetzelfde als oorzaak.

#### ***Behandeling***

Het onderzoek naar het effect van de behandeling is onjuist uitgevoerd en daarom onbetrouwbaar. Om een effect van een behandeling vast te stellen, moet bij een groep patiënten de ene helft behandeld worden en de andere helft niet; deze laatste groep – de controlegroep – ontbrak. De ervaren verbetering van klachten berust mogelijk op een placebo-effect of op spontane verbetering van de ziekte, wat frequent voorkomt bij MS.

### **Lopend onderzoek**

Inmiddels lopen er diverse onderzoeken naar het verband tussen vaatvernauwing en MS, onder andere in de VS en het VUmc in Amsterdam. In de VS is geconstateerd dat de vaatafwijkingen ook bij mensen zonder MS voorkomen en dat slechts een deel van de patiënten met MS de afwijking aan de aderen heeft. Wel lijken MS-patiënten vaker de vaatafwijkingen te hebben dan mensen zonder MS. De Nederlandse onderzoeksresultaten worden in de loop van 2010 verwacht.

### **Opvatting Nederlandse neurologen**

De Nederlandse neurologen realiseren zich dat het wachten op verder onderzoek kan leiden tot ongeduld en dat de indruk kan ontstaan dat zij zich onvoldoende inzetten voor de behandeling van MS-patiënten. Niets is echter minder waar: zij willen de patiënten behoeden voor teleurstelling en waarschijnlijk zinloze behandelingen. Als het nut en de waarde van een behandeling wetenschappelijk bewezen zijn, zullen de neurologen de eersten zijn die een dergelijke behandeling in de praktijk brengen.

*Bron: [www.neurologie.nl](http://www.neurologie.nl)*

---

## **Dag iedereen**

Na veel jaren van aarzelen- ik heb niets bijzonders te schrijven toch?- heb ik nu een reden om "uit de kast" te komen.

In 1970 kreeg ik een vaste aanstelling als onderwijzeres aan een lagere school in Enschede.

In 1972 werd bij mij M.S. geconstateerd.

Na veel rusten en een kuur in het ziekenhuis kon ik zo langzamerhand mijn werk weer aan. Echter een aantal jaren later belandde ik weer in het ziekenhuis voor een operatie. Na die tijd moest ik me voor de helft laten afkeuren. Maar ik bleef werken aan dezelfde school als waar ik in 1970 begon.

In de loop van de jaren kreeg ik steeds minder energie, wat tot resultaat had dat ik steeds voor een groter deel werd afgekeurd. Maar, ook al werkte ik op het laatst maar twee morgens in de school, ik werkte nog steeds aan dezelfde school.

Saaai, zal je denken? Nou nee, want ik heb in de loop van de jaren erg veel collega's zien langskomen. Het leek steeds of ik op een nieuwe school kwam. En natuurlijk kreeg ik elk jaar met andere kinderen te maken.

Afgelopen week heb ik na 40 jaar afscheid genomen van het onderwijs! Wie had dat in 1972 kunnen denken!

Ik ben God heel dankbaar, dat Hij me al die jaren de energie gaf om te blijven werken.

Natuurlijk is het afscheid op school groots gevierd en kreeg ik ook een receptie aangeboden.

Het leek me een goed idee om een bus van de stichting M.S. in de zaal te zetten, waar iedereen geld in kon doen.

Er is maar liefst €267,55 in de bus terechtgekomen.

Ik dacht aan die stichting, vanwege mezelf, maar ook omdat ik dankzij de fitness van de regionale M.S.vereniging goede contacten en fijne gesprekken heb met lotgenoten.

Een wezenlijke verdienste van de "club" vind ik.

*Groeten van Nettie Pikkemaat*



## **Misverstand**

Er zijn nog altijd mensen die denken dat yoga iets voor zweverige figuren is. Heel dom natuurlijk, maar vooral heel jammer. Deze mensen zouden eens een kijkje moeten nemen bij onze MS-Yogagroepen in Almelo, Enschede of Hengelo. Dat er gelukkig veel mensen anders over denken, blijkt wel uit het feit dat het aantal leden, dat zich opgeeft voor yoga, sterk toeneemt. Nu er ook in Almelo een yogagroep is gestart, hoeft afstand geen bezwaar te zijn. Juist voor MS-patiënten wordt yoga aanbevolen, omdat het niet alleen goed is voor je lichaam, maar ook een tegenwicht is voor spanning en stress.

Kom eens een keer kijken. Het verplicht je tot niets. Neem vooraf wel even contact op met één van de contactpersonen, die op de achterzijde van deze Nieuwsbrief staan vermeld.

## **Vraag en Aanbod**

Bent u op zoek naar een kruiwagen met een vierkant wiel of hebt u een fiets met stuurverwarming in de aanbieding? Of hebt u een normaler artikel voor de rubriek "Vraag en Aanbod", schroom dan niet. Geef het door aan de redactie. Zij plaatsen het graag.

## **Doe het eens anders**



Sommige mensen boeken een vliegvakantie of busreis. Anderen huren een bungalowtje of volledig ingerichte tent. En de avonturiers trekken er met een camper, caravan of klein tentje op uit. Maar het kan nog simpeler. Gewoon je huis ruilen met iemand anders. "Dat kan ik niet" zult u zeggen, want u hebt verschillende aanpassingen en hulpmiddelen in uw eigen huis. En daar is nu juist iets op gevonden. Op [www.house2switch.org](http://www.house2switch.org) kun je er alles over lezen. Huizen ruilen waarin alle benodigde aanpassingen zijn. En je hoeft in dat geval alleen de reiskosten te betalen. Het is de moeite waard om genoemde site te bekijken.

Maar..... we hebben nog meer tips. Kijk eens op [www.zorgeloosweg.nl](http://www.zorgeloosweg.nl) of op [www.gehandicaptentreizen.nl](http://www.gehandicaptentreizen.nl). Heeft iemand ook een goede vakantietip, laat het weten via [g.de.haan42@kpnplanet.nl](mailto:g.de.haan42@kpnplanet.nl). We plaatsen deze tips dan in het decembernummer.

20-10

2010

## Uitnodiging

Iedereen heeft wel eens last van spanning of stress. Of je nu MS hebt of niet, iedereen heeft er wel eens mee te maken. Alleen met MS kun je het er meestal het niet bij hebben.

Wat doe je dan? Praat je er over of zout je het op? Hoe reageert je partner erop? Wat kun je er aan doen om die spanning te verminderen?



Je vraagt je dit alles meestal niet af, omdat je er niet van bewust bent. En toch is het er.

### **“Omgaan met spanning en stress”**

is dan ook het onderwerp van de informatieavond die gehouden wordt op:

**woensdag 20 oktober van 19.30-21.30 uur**

waarvoor je wordt uitgenodigd in het v.d.Valk Hotel Hengelo, Bornsestraat 400. (bij de A1)

De zaal is om 19.00 uur open.

Omdat het ook voor de naastbetrokkenen belangrijk is om te weten hoe met spanning en stress in het werk, de relatie of het gezin om te gaan, zijn ook zij van harte welkom.

Er worden deze avond op hetzelfde tijdstip twee dezelfde presentaties gehouden. Eén voor leden en naastbetrokkenen boven 35 jaar en één voor jongeren t/m 35 jaar. Deze laatste groep wordt zeer aanbevolen voor kinderen van een ouder met MS.

In verband met de zaalindeling verzoeken wij je om je tijdig, maar uiterlijk 10 oktober, op te geven. Dit kan door een mailtje te sturen naar [t-engbers@home.nl](mailto:t-engbers@home.nl)

(denk aan het streepje tussen de t en engbers)

S.v.p. in het mailtje vermelden:

- naam, adres en woonplaats,
- aantal deelnemers in de leeftijd boven 35 jaar,
- aantal deelnemers in de leeftijd t/m 35 jaar.

Je kunt deze gegevens ook telefonisch doorgeven aan het secretariaat, tel. 053-4351585.

Graag tot 20-10-2010.

*het bestuur.*

MSPVTWENTE





# Activiteiten MS-vereniging

De MS-vereniging, afdeling Twente heeft diverse activiteiten op het gebied van bewegen en ontspannen. Aan deze activiteiten wordt uitsluitend deelgenomen door leden en donateurs van de vereniging. Bij de verschillende groepen staan de contactpersonen vermeld.

**Fitnessgroep Enschede.** Iedere maandag van 20.00 tot 21.00 uur in de sportzaal van het Roessingh.

Informatie: Veronie Egberink 074-250 35 32  
of Ingrid Asbroek 053-572 99 65

**Rolstoel-fitnessgroep Enschede.** Iedere maandag van 20.00 tot 21.00 uur in de groepstherapiezaal van het Roessingh.

Informatie: Veronie Egberink 074-250 35 32  
of Ingrid Asbroek 053-572 99 65

**Fitnessgroep Hengelo.** Iedere donderdag van 10.45 tot 11.45 in het Gezondheidscentrum Hasselo.

Informatie: Evelien Bösing 074-277 64 52

**Fitnessgroep Almelo.** Iedere maandag van 16.30 tot 17.30 uur in het Twenteborg ziekenhuis.

Informatie: Helma Hofsink 0546-65 92 27

**Yoga-groep Enschede.** Iedere dinsdag van 18.15 tot 19.15 in de groepstherapiezaal van het Roessingh. (van september t/m mei)

Informatie: Margriet Scholten 053-477 01 61

**Yoga-groep Hengelo.** Iedere maandag van 12.00 tot 13.00 in het Kulturhus Hasselo (van sept. t/m mei)

Informatie: Elly Hofsteenge 0541-51 96 03

**Yoga-groep Almelo.** Iedere donderdag van 19.00 tot 20.00 in Eugeria

Informatie: Christa Bosch 0546-84 01 59

**Gezelligheids-SOOS Enschede.**

Iedere 3<sup>e</sup> donderdag van de maand, van 15.00 tot 17.00 uur in Wijkcentrum de Magneet. (van september tot mei)

Informatie: Rieki Vos 053-476 79 17

**Gezelligheids-SOOS Wierden.**

Iedere laatste woensdag van de maand, van 15.00 tot 17.00 uur in het Wedervoort. (van september tot mei)

Informatie: Thea Agelink 053- 428 21 20

**Gespreksgroepen.**

Er zijn op dit moment drie gespreksgroepen, n.l.

- een gespreksgroep voor mensen met MS en hun partner.
- een gespreksgroep alleen voor partners van mensen met MS.
- een jongerengroep.

Informatie over de eerste twee groepen: Bep Hulshof 0541-55 17 50.

Informatie over de jongerengroep: Sheranie Tettero 06-50 94 35 51.

**MS-Jongeren-café.**

Het jongerencafé bevindt zich in Bistro de Broeierd tussen Enschede en Hengelo. De data waarop het café open is kun je vinden op [www.msjt.nl](http://www.msjt.nl)

**Secretariaat:**

Truus Engbers,

Telefoon: 053-435 15 85

E-mail: [t-engbers@home.nl](mailto:t-engbers@home.nl)

**Websites:**

MS-vereniging afd.Twente: [www.mspvtwente.nl](http://www.mspvtwente.nl)

MS-Ketenzorg Twente: [www.msketenzorgtwente.nl](http://www.msketenzorgtwente.nl)

MS-Jongeren Twente: [www.msjt.nl](http://www.msjt.nl)

# Activiteitenkalender 2010 - 2011

## 2010

- 20/10 Informatie-avond "Omgaan met spanning en stress" .  
v.d.Valk Hotel Hengelo. Aanvang 19.30 uur  
(zaal open om 19.00 uur)  
Voor aanmelding zie uitnodiging elders in deze Nieuwsbrief.
- 21/10 Gezellige bijeenkomst van de Soos in Enschede.  
27/10 Gezellige bijeenkomst van de Soos in Wierden.
- 06/11 MS-Jongeren-café in Bistro de Broeierd  
06/11 Jongerengespreksgroep in de Magneet.  
17/11 Overleg contactpersonen Activiteitengroepen.  
18/11 Gezellige bijeenkomst van de Soos in Enschede.  
24/11 Gezellige bijeenkomst van de Soos in Wierden.  
27/11 Algemene ledenvergadering MSVN in Utrecht.
- 11/12 Kerstbijeenkomst van de Soos in Wierden.  
16/12 Kerstbijeenkomst van de Soos in Enschede.

## 2011

- 08/01 MS-Jongeren-café in Bistro de Broeierd.  
15/01 Nieuwjaarsbijeenkomst (uitnodiging volgt in december)



### **MS-fitnessgroepen:**

Enschede: iedere maandag van 20.00 tot 21.00 uur.  
op dezelfde tijd is er ook een groep voor rolstoelfitness.

Hengelo : iedere donderdag van 10.45 tot 11.45 uur.

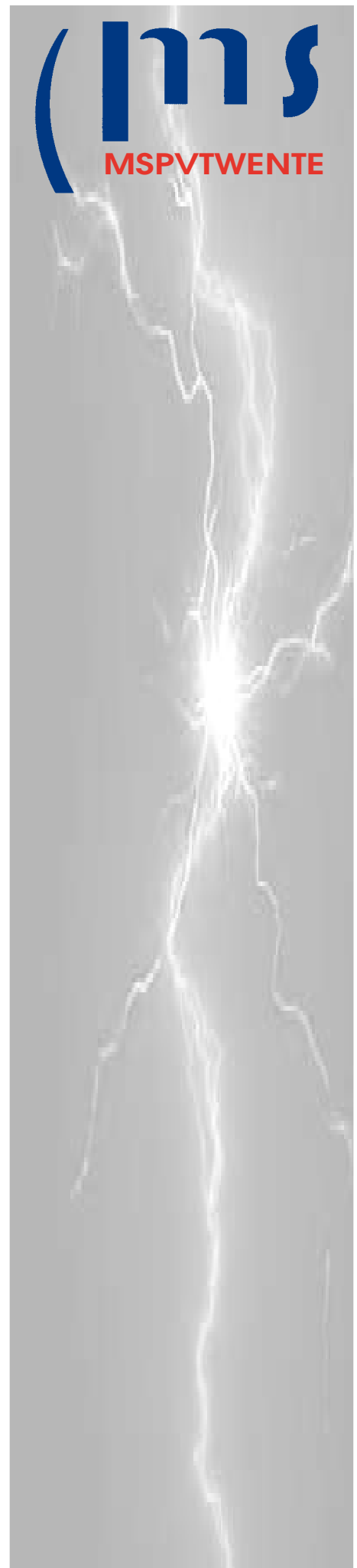
Almelo : iedere maandag van 16.30 tot 17.30 uur.

### **MS-yogagroepen:**

Enschede: iedere dinsdag van 18.15 tot 19.15 uur

Hengelo : iedere maandag van 12.00 tot 13.00 uur.

Almelo : iedere donderdag van 19.00 tot 20.00 uur.



## ***Verschuivingen neurologie*** ***MST Enschede***

De laatste twee jaren zijn er veel verschuivingen qua spreekuren en werknemers geweest op de MS-poli in Enschede. Manon ter Bekke werkt nu als MS-verpleegkundige op de verpleegafdeling C5, niet meer op de polikliniek. Dr. E.A.C. Beenakker volgt momenteel een stage in het MS-Centrum Sittard, de opleiding tot neuroloog vervolgt hij op andere afdelingen in het MST.

Dr. J. Nihom en drs. J.H.R. Vliegen zijn de nieuwe MS-neurologen waar u terecht kunt.

Ze stellen zich graag aan u voor:

### **J.H.R. Vliegen**



Drs. Jos Vliegen is vanaf 1998 neuroloog/klinisch neurofysioloog in het Medisch Spectrum Twente. Zijn opleiding en onderzoek voltooide hij vanuit het Leyenburg ziekenhuis te Den Haag. In Enschede werkzaam op de afdeling Klinische neurofysiologie (KNF). Hier vinden allerlei functieonderzoeken plaats met betrekking tot het centrale en/of perifere zenuwstelsel, zoals een EEG, EMG of een VEP.

Drs. Vliegen is consulent neuroloog op de afdeling intensive

care en heeft daarnaast als aandachtsgebied botuline toxine therapie bij onder andere dystonie. Tevens is Multiple Sclerose sinds 2008 een aandachtsgebied geworden.

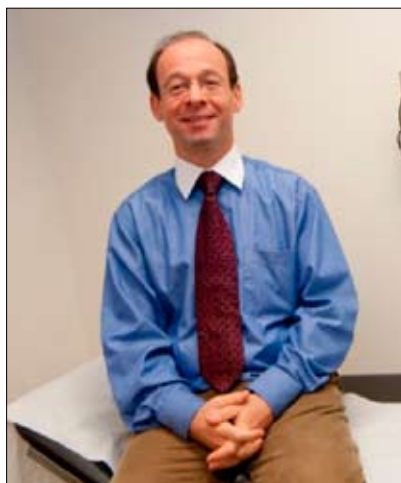
Spreekuur: Dinsdagochtend gecombineerd spreekuur met Astrid Slettenaar.

Woensdagmiddag MS-poli voor nieuwe MS-patiënten.

Afspraak: Bij het secretariaat KNF 053 - 487 2810.

Locatie: Poli 13, Klinische neurofysiologie (KNF), MST Enschede.

### **Dr. J. Nihom**



Dr. Jik Nihom werkt sinds 1992 als neuroloog in het MST. Dat jaar promoveerde hij op een studie naar neurologische problemen bij nierpatiënten. Zijn opleiding en onderzoek voltooide hij vanuit het huidige Haaglanden ziekenhuis in Den Haag. Eerdere werkervaringen liggen in de randstad en Maastricht. Na komst in Enschede had hij vooral als aandachtsgebied de patiënten met hersentumoren. Geleidelijk is hij zich gaan richten op andere patiëntengroepen. Daarbij kwam hij o.a. via een consulentschap in revalida-

tiecentrum het Roessingh en via het pijnteam-MST steeds meer in contact met MS-patiënten. Tevens heeft hij een polikliniek speciaal voor patiënten met hoofdpijn. Naast het werk met patiënten geeft hij graag onderwijs aan jonge dokters en verpleegkundigen. Daarbij coacht hij co-assistenten, maar is ook lid van de examencommissie van de Nederlandse Vereniging voor Neurologie.

Spreekuur: Vrijdagochtend MS-poli in Enschede.  
(Gecombineerd spreekuur met Astrid is mogelijk).  
Afspraak: Bij het secretariaat neurologie via secretaresse Marie op  
053 - 487 2843.  
Locatie: Poli 2, neurologie, MST Enschede.

Astrid Slettenaar



Sinds 2003 werkt Astrid als MS-verpleegkundige op de poli neurologie in het MST te Enschede. In juli 2009 is ze geslaagd voor haar master opleiding tot nurse practitioner. Samen met drs. Vliegen en dr. Nihom wordt er gebouwd aan een MS-poli 'nieuwe stijl'. Dat betekent dat bestaande spreekuren verschuiven en veranderen van inhoud. De nurse practitioner biedt het volgende:  
- Verpleegkundig spreekuur: u kunt terecht voor alle vragen, informatie en begeleiding op het gebied van Multiple Sclerose. Het spreek-

uur is op dinsdag, donderdag en vrijdag.

- Schub-poli: vermoedt u een terugval? Dan kunt u een afspraak maken op de Schub-poli.

Na een gesprek en het neurologisch onderzoek door de nurse practitioner, volgt overleg met de neuroloog. Indien noodzakelijk is medicamenteuze behandeling op de afdeling C5 na het consult mogelijk.

- Gecombineerde spreekuren: op dinsdagmorgen met drs. Vliegen en indien gewenst op vrijdagochtend met dr. Nihom.

- Huisbezoek: samen met de MS-wijkverpleegkundige van Livio (Karin Föcking) is een bezoek aan huis mogelijk.

Spreekuur: Dinsdag, donderdag en vrijdag MS-poli in Enschede.

Afspraak: Bij het secretariaat neurologie via secretaresse  
Caroleen of Dionne op 053 - 487 2869.

Locatie: Poli 2, neurologie, MST Enschede.



## **Een week Renesse tegen onkostenvergoeding**

In Zeeland heeft de Stichting "Thuredriht" 3 prachtige rolstoelgeschikte vakantiewoningen. In de zomer zijn die beschikbaar voor kinderen met kanker en hun familie. In de maanden november tot april mogen mensen met MS er gebruik van maken. Twee bungalows zijn van het Finnhousetype hebben een ruime hal, drie tweepersoons slaapkamers, een badkamer met douche, toilet en wastafels, en een woon/eetkamer met open keuken.

Ze zijn uiterst comfortabel en gezellig ingericht. De derde woning is aangekocht in 2002.

Grondig verbouwd en aangepast. Heeft twee slaapkamers. Een goed aangepaste badkamer met douche, toilet en wastafel. Een royale L-woonkamer met open keuken.

Is ook erg comfortabel en gezellig ingericht. Voor beddengoed wordt gezorgd.

Overige linnengoed moet u zelf meenemen

Op 5 minuten afstand is een duinovergang naar het strand. Op de Brouwersdam, ongeveer 5 autominuten van de huisjes vandaan, kun je met de auto tot aan de zee rijden.

Hengelen, de zon zien onder gaan, storm op zee vanuit je auto.

Tijdens uw verblijf kunt u gebruik maken van de beschikbare fietsen. Heeft u meer fietsen nodig (voor uw gasten) dan dient dit te gebeuren in onderling overleg tussen de bewoners van de andere vakantiewoningen .

Reserveringen en inlichtingen:

K.M. Schippers - Berghuis . Tel: 0187 - 49 90 00

Mail: schippers@havenhoofd.nl

**Redactie:**

Agnes Hausberg  
074-2913253  
agneshausberg@home.nl

Gerrit van Zeben  
(foto's en layout)  
074-3761812  
gerrit@mspvtwente.nl

Petra Lagerweij  
(website)

Verzending Nieuwsbrief:  
Ben Welmer  
Noordachtereschweg 3-118  
7475 BL Markelo

Secretariaat:  
Truus Engbers  
Bergweg 39,  
7524 CT Enschede  
t-engbers@home.nl

Penningmeester:  
Rob Beernink

Medische adviseurs:  
dr. J. Nihom  
neuroloog M.S.T. Enschede  
drs. J.C. Baart  
neuroloog Z.G.T. Hengelo  
drs. A.E.L. van Golde  
neuroloog Z.G.T. Almelo

Consulenten:  
Bep Hulshof  
telefoon 0541 - 55 17 50  
mobiel 06 - 51 32 51 54

Gerrit de Haan  
telefoon 0547 - 27 43 46  
mobiel 06 - 28 20 47 04

**Bestuur afdeling Twente:**

- \* Gerrit de Haan, voorzitter      telefoon: 0547 - 27 43 46  
email: g.de.haan42@kpnplanet.nl
- \* Truus Engbers, secretaris      telefoon: 053 - 43 51 585  
email: t-engbers@home.nl
- \* Rob Beernink,  
penningmeester      telefoon: 053 - 43 33 839  
email: robert.beernink@wxs.nl
- \* Bep Hulshof      telefoon: 0541 - 55 17 50  
email: bephulshof@yahoo.com
- \* Els Voogsgeerd      telefoon: 0546 - 62 20 10  
email: els@voogsgeerd.nl
- \* Kristel Koenders      telefoon: 0541-52 04 19  
e-mail: kristelkoenders@gmail.com
- \* Sander Oord  
(Jongerencoördinator)      telefoon: 06 - 81 74 77 75  
e-mail: oord85@gmail.com  
website: www.msjt.nl

Fitness Almelo	Helma Hofsink	0546 - 65 92 27
Fitness Enschede:	Veronie Egberink	074 - 25 03 532
	Ingrid Asbroek	053- 57 29 965
Fitness Hengelo	Evelien Bösing	074 - 27 76 452
Yoga Almelo	Christa Bosch	0546-840159
Yoga Enschede	Margriet Scholten	053 - 477 01 61
Yoga Hengelo	Elly Hofsteenge	0541 - 51 96 03
Gespreksgroepen	Bep Hulshof	0541 - 55 17 50
Jongerengespreksgroep	Sheranie Tettero	06 - 50 94 35 51
MS-jongerencafé	Sander Oord	06 - 81 74 77 75
Sociëteit Enschede	Rieki Vos	053 - 476 79 17
Sociëteit Wierden	Thea Agelink	053 - 428 21 20

**MS-verpleegkundigen:**

Ingrid Kockx (ZGT Hengelo)	i.kockx@zgt.nl
Mirjam Schunselaar (ZGT Hengelo)	m.schunselaar@zgt.nl
Vera Withworth (ZGT Hengelo)	v.withworth@zgt.nl

*Bovengenoemde personen zijn telefonisch bereikbaar op:  
074-290 54 73. Emailconsult is ook mogelijk via: mspoli-smt@zgt.nl*

Lianne Wanink (ZGT Almelo)	l.wanink-aveskamp@zgt.nl
Astrid Slettenaar (MST Enschede)	telefoon 0546 - 69 35 30 a.slettenaar@mst.nl
Karin Föcking (Livio)	telefoon: 053 - 48 72 869 k.focking@livio.nl telefoon: 0900-9200

**MEE Twente:** telefoon: 074 - 25 59 300. email: info@meetwente.nl

**Revalidatiecentrum Het Roessingh**      telefoon: 053-48 75 875  
website: www.roessingh.nl

**MS-Ketenzorg Twente**      website: www.msketenzorgtwente.nl