

***Informatie voor  
spreekbeurt of werkstuk  
over het ziekenhuis***



***Ziekenhuis Amstelland***

## Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1 Ziekenhuis Amstelland	Blz. 3
Hoofdstuk 2 Naar het ziekenhuis	Blz. 4
Hoofdstuk 3 De Kinderafdeling	Blz. 6
Hoofdstuk 4 Onderzoek en behandeling	Blz. 7
Hoofdstuk 5 Van opstaan tot slapen gaan	Blz. 9
Hoofdstuk 6 Wie werken er in het ziekenhuis	Blz. 10
Hoofdstuk 7 De joodse vleugel van het ziekenhuis	Blz. 13
Hoofdstuk 8 Tips voor een perfecte spreekbeurt	Blz. 15
Quiz	Blz. 17
Trefwoordenlijst	Blz. 19
Nuttige links	Blz. 20

## Hoofdstuk 1 Ziekenhuis Amstelland

### Algemeen

Ziekenhuis Amstelland is een regionaal ziekenhuis. Dat betekent dat wij er zijn voor de bevolking van Aalsmeer, Amstelveen, Amsterdam-Zuid, Ouder-Amstel en Uithoorn.

Het ziekenhuis is een bedrijf waar mensen werken die er voor zorgen dat mensen weer gezond worden. Het ziekenhuis heeft daarvoor 255 bedden en er werken ruim 800 medewerkers. Het is een 'middelgroot' ziekenhuis. Per jaar worden er ongeveer 20.000 patiënten opgenomen. Ook de patiënten die voor de behandeling van één dag komen vallen hieronder.

We hebben sinds april 2012 een spoedpost. Dat is een gebouw waar je heen kunt als je direct hulp nodig hebt. Op de grens van Uithoorn en Aalsmeer is een gezondheidscentrum gebouwd dat de 'Waterlinie' heet. Een aantal dokters uit het ziekenhuis houdt in dit centrum spreekuur waardoor patiënten niet helemaal naar het ziekenhuis in Amstelveen hoeven te komen.

### Joods

In het ziekenhuis is een joodse afdeling, waar patiënten verpleegd worden volgens de joodse tradities en (eet)gewoonten. Er heerst op de afdeling een warme en huiselijke sfeer. Er zijn voorwerpen uit de joodse traditie, zoals de achtarmige kandelaar (Chanoekia), waarvan de kaarsen in december ontstoken worden, de Mezouzoth (kokertjes op de deurstijlen) en schilderijen van joodse kunstenaars. Er wordt kosjer gegeten en iedere vrijdag wordt de start van de sjabbat gevierd. Ook worden de joodse feestdagen gevierd.

Niet iedereen op deze afdeling is joods. Daarom zijn er op de afdeling joodse medewerkers aanwezig die patiënten en medewerkers vertellen over de joodse gewoonten en feestdagen die aangehouden worden.

## Hoofdstuk 2 Naar het ziekenhuis

Een ziekenhuis is er om mensen weer gezond te maken. Maar niet iedereen die naar het ziekenhuis komt is ziek: je kunt ook op bezoek komen bij je vriend of je oma die in het ziekenhuis ligt. Misschien heb je daardoor wel eens een ziekenhuis van binnen gezien en medewerkers zien lopen die in het ziekenhuis werken.

Voordat je naar het ziekenhuis komt ben je eerst langs geweest bij je huisarts. Je hebt klachten en hij/zij kan je vaak helpen met advies of met een medicijn. Soms moet de huisarts de hulp vragen van een andere dokter, die meer weet over een bepaalde ziekte. Deze dokters werken vaak in het ziekenhuis en worden 'specialist' genoemd. Om je te laten onderzoeken ga je dan naar de *polikliniek* van het ziekenhuis. Het kan best zijn dat je er maar een *dagje* of een uurtje heen moet.

Het kan ook zijn dat je plotseling naar het ziekenhuis moet. Dat is bijvoorbeeld als je een ongeluk(je) hebt gehad. Dan ga je meteen naar de *Spoedeisende hulp (SEH)*.

Als je ziek bent kan de dokter het nodig vinden dat je in het ziekenhuis wordt opgenomen. Dat betekent dat je een tijdje in het ziekenhuis blijft slapen. Dan ga je naar een verpleegafdeling. Voor kinderen is er een speciale *Kinderafdeling*. Daarover staat meer in hoofdstuk 3.

### 2.1 Polikliniek

Meestal ga je naar de polikliniek als je bent doorverwezen door je huisarts. Op de polikliniek kun je terecht met vragen over je lichaam, je wordt er onderzocht of krijgt de uitslag van een eerder onderzoek. Op de polikliniek werken specialisten. Dat zijn dokters die veel verstand hebben van een bepaald deel van je lichaam zoals je hart of je longen.

Voorbeelden van specialisten zijn:

- De KNO-arts, deze kijkt naar je keel, neus en oren.
- De chirurg weet alles over operaties.
- De cardioloog weet alles over je hart.

Op de kinderopholikliniek zijn kinderartsen aanwezig die je onderzoeken en behandelen. Soms vinden zij het nodig dat je een dagje naar de Dagbehandeling gaat voor een kleine ingreep of een onderzoek.

### 2.2 Dagbehandeling

Op de dagbehandeling staan wel bedden, maar je kunt er niet blijven overnachten. Er is een dagbehandeling voor volwassenen en een dagbehandeling voor kinderen.

Op de dagbehandeling voor kinderen worden de keelamandelen geknipt, buisjes in de oren geplaatst of komen kinderen die medicijnen of een bepaald onderzoek krijgen. Vaak kom je 's morgens op de dagbehandeling aan, krijg je een bed en word je geholpen. Ben je klaar, dan ga je diezelfde dag weer naar huis.

### **2.3 Spoedeisende Hulp (SEH)**

Soms zijn kinderen heel erg ziek of hebben ze een ongeluk gehad. Die kinderen gaan naar het ziekenhuis met de ambulance. Dat klinkt heel spannend, maar het is niet zo leuk als het lijkt. Je komt op de SEH als je hard gevallen bent, een ongeluk hebt gehad of als je je opeens niet lekker voelt en er haast bij is om te weten wat je precies hebt. De dokters op de SEH kijken wat er met je gebeurd is en hoe ze je verder kunnen helpen. Ze onderzoeken je en luisteren bijvoorbeeld naar je longen, nemen bloed af of maken een röntgenfoto. De dokters kijken naar de uitslag van het onderzoeken en bepalen direct wat er moet gebeuren. Hopelijk is het niet erg wat je hebt en mag je snel weer naar huis.

## Hoofdstuk 3 De Kinderafdeling

De kinderafdeling is speciaal voor kinderen van nul tot zestien jaar. Tussen de zestien en achttien jaar mag je kiezen of je op de kinderafdeling wilt liggen of dat je op een volwassen afdeling wilt liggen. De dokters die werken op de kinderafdeling hebben de specialisatie 'kinderen', dat wil zeggen dat zij hebben geleerd hoe zij kinderen moeten verzorgen en beter maken.

### 3.1 Kamer

De verpleegafdeling bestaat uit eenpersoonskamers voor kinderen en een ruimte waar baby's verblijven. De bedden zien er anders uit dan jouw eigen bed. De ziekenhuisbedden hebben wielletjes. De verpleging kan je daardoor ergens naar toe rijden, bijvoorbeeld naar de operatiekamer. Verder kunnen de bedden in verschillende standen worden gezet. Dat is handig als je wilt eten of een boek lezen. Er zijn verschillende maten bedden zoals wiegjes voor baby's, ledikanten voor de kleinere kinderen en gewone bedden voor tieners.

Op jouw kamer is televisie aanwezig en er is voldoende ruimte om een stretcher neer te zetten zodat je vader of moeder kan blijven slapen als je dat graag wilt.

De kinderverpleegafdeling is anders dan de gewone verpleegafdelingen. Het ziet er gezelliger uit en er is een speelkamer.

### 3.2 Bezoek

Je ouders en je broers en zussen zijn eigenlijk geen bezoek. Als het kan mogen ze bij jou zijn. Er zijn extra bezoektijden op de kinderafdeling in de ochtend, middag en in de avond. Je vrienden en vriendinnen en je opa's en oma's kunnen dus allemaal gezellig langskomen.

Het zou een rommel worden als zij allemaal tegelijk langskomen. Er mogen dan ook maar twee mensen per keer bij jou op de kamer. De verpleegkundigen en de dokters zouden anders heel moeilijk kunnen werken. Het bezoek mag langskomen tijdens de bezoeken. Aan de verpleegkundige kun je vragen wanneer de bezoeken zijn.

## Hoofdstuk 4 Onderzoek en behandeling

Als je bent opgenomen lig je niet de hele dag in bed. Je moet vaak naar een onderzoek. De ene keer kan dat aan je bed, de andere keer moet je er een uitje van maken. Helemaal niet erg, want zo zie je nog eens wat.

Zoals beschreven in hoofdstuk 2 kun je voor een onderzoek of een kleine behandeling ook naar de polikliniek, of een dagje op de Dagbehandeling terecht komen.

Er zijn verschillende onderzoeken in het ziekenhuis. Omdat we ze niet allemaal op kunnen noemen halen we er een aantal uit.

### 4.1 Bloedprikken en wegen

Bij je bed kan gemakkelijk bloed afgenomen worden. Er komt 's morgens een speciale prikzuster, een laborante, langs met een karretje vol spuiten, pleisters en buisjes. Meestal wordt uit je vinger of je arm wat bloed gehaald en in een buisje gedaan. Dat wordt onderzocht in het laboratorium. Door de gewone zuster word je af en toe gewogen, ook dat kan aan je bed gebeuren.

### 4.2 Röntgenfoto en echo

Tijd voor een uitstapje. Als eerste naar de röntgen- en echoafdeling. Daar maken ze foto's van je binnenste, lachen is dus niet nodig. Heb je wel eens van een röntgenfoto gehoord? Dat is een foto van je botten door middel van stralen. Die stralen zijn niet zo gezond, daarom staat de dokter achter een scherm als hij/zij de foto maakt. Een enkele keer een foto maken is niet zo erg, maar de hele dag foto's maken is niet zo goed voor je lijf. De dokter drukt op een knopje en na het zoemende geluid is de foto klaar.

Bij een echo maken ze ook een foto van je binnenste. Dit gebeurt niet met stralen maar met geluidsgolven. Op een televisiescherm kun je meekijken naar het binnenste van je buik. Je ziet dan geen botten maar organen, zoals je lever. Met een echo kunnen ze dus hele andere dingen bekijken dan met een röntgenfoto.

### 4.3 Gipskamer

In de gipskamer kom je als je een breuk hebt in je botten. Dit kan de dokter zien op de röntgenfoto. In de gipskamer wordt dan door de dokter eerst een laagje watten om je been of arm gelegd waarna er een laagje gips overheen komt. Je kunt je niet zo goed bewegen en daardoor groeien de botten weer op de juiste plek netjes tegen elkaar aan. Je mag kiezen welke kleur gips je wilt en het is leuk om handtekeningen te verzamelen op het gips. Als het been of de arm weer is genezen wordt het gips verwijderd. Heb je hard gips dan gebeurt dat met een zaag en een grote stofzuiger. De zaag zaagt niet maar trilt en zo gaat het gips kapot. Dat kriebelt een beetje. De laag watten onder je gips wordt losgeknipt, zo komt je hand of been weer tevoorschijn. Heb je zacht gips, dan kan dat er gewoon worden afgehaald met een aparte schaar.

#### **4.4 Operatie**

Word je geopereerd dan mag je van tevoren niets eten. Je moet nuchter zijn. Om je voor te bereiden legt de verpleegkundige de gang van zaken uit. Op de kinderafdeling vertelt de medisch pedagogisch zorgverlener je alles. Natuurlijk mogen je ouders hierbij aanwezig zijn. Ook kun je vragen stellen aan haar zodat je precies weet wat er allemaal gebeurt. Dat helpt om minder zenuwachtig te zijn, want eerlijk is eerlijk: een operatie is best spannend!

Voordat je naar de operatiekamer gaat moet je een operatiejasje aan. Ook krijg je een mutsje op. Als je vader of moeder meegaat naar de operatiekamer krijgen zij ook speciale kleding aan, een mutsje op en gekke hoesjes om hun schoenen.

In de operatiekamer ga je onder narcose. Dat gebeurt met een infuus. Je krijgt dan een soort slaapmiddel binnen, waardoor je lekker gaat slapen. Als je helemaal onder narcose bent kan de operatie beginnen.

Ben je klaar, dan mag je rustig uitslapen in de verkoever. Dat is een mooi woord voor de uitslaapkamer. Het kan zijn dat je je nog een beetje moe en niet zo lekker voelt. Dat komt door de narcose. Gelukkig mag je langzaam wakker worden. Als je weer een beetje wakker bent, word je opgehaald en mag je terug naar je eigen kamer op de kinderafdeling.



## Hoofdstuk 5 Van opstaan tot slapen gaan

In het ziekenhuis is elke dag anders. Hoe ziet een dag in het ziekenhuis op de kinderafdeling er uit?

<b>6 uur</b>	Sommige kinderen worden wakker gemaakt. Zij krijgen medicijnen en hun temperatuur wordt gemeten.
<b>8 uur</b>	Iedereen opstaan! Ouders moeten hun bed opruimen. Iedereen wassen en medicijnen worden gedeeld.
<b>8.30 uur</b>	Tijd voor ontbijt. Soms ook wegen en meten.
<b>10 – 12 uur</b>	De dokter komt met de verpleegkundige langs voor controle. Mogelijk dat je voor een onderzoek of operatie moet. Of er is tijd om te spelen.
<b>12 uur</b>	Er is eten, soms extra controles, medicijnen.
<b>12 – 14 uur</b>	Tijd om te rusten. Je hoeft niet te slapen maar wel stil zijn voor de andere kinderen.
<b>14 – 16 uur</b>	Misschien een onderzoek zoals een foto bij de röntgenafdeling.
<b>16 uur</b>	Medicijnen en controles.
<b>16 – 18 uur</b>	Tijd om bezoek te ontvangen: je familie en vrienden!
<b>18 – 20 uur</b>	Eten en daarna misschien weer bezoek.
<b>20 – 22 uur</b>	Soms nog een keer medicijnen. Kleine kinderen gaan slapen en oudere kinderen kijken nog even televisie of iets anders.

## Hoofdstuk 6 Wie werken er in het ziekenhuis?

Er werken veel verschillende mensen in het ziekenhuis. We geven je eerst een lijst met namen die je op de afdeling tegenkomt. Daarna volgt een lijst met mensen die 'achter de schermen' in het ziekenhuis werken om te zorgen dat alles goed verloopt.

### 6.1 Mensen die je op de afdeling tegenkomt

#### ***Dokters***

Natuurlijk kom je in het ziekenhuis dokters tegen. Ze zijn te herkennen aan hun lange witte jas. De dokter onderzoekt patiënten en zoekt uit waarom ze ziek zijn. De dokter vraagt daarbij hulp van bijvoorbeeld de röntgenafdeling en het laboratorium. Vervolgens gaat hij/zij je proberen beter te maken met hulp van medicijnen, een operatie of gips. Er zijn dokters die zich gespecialiseerd hebben in een bepaald lichaamsdeel, dit heet een specialist. Naast de gespecialiseerde dokter is er op de afdeling ook een arts-assistent. Deze heeft al wel de opleiding tot dokter gevolgd maar moet nog kiezen in welke richting hij/zij zich verder wil specialiseren.

#### ***Verpleegkundigen***

Verpleegkundigen worden ook wel zuster, of als het een man is, broeder genoemd. Verpleegkundigen zijn er om jou te verzorgen. Ze wassen, meten en wegen je. Ook nemen ze je bloeddruk op, zorgen voor je infuus en geven ze je medicijnen. Verpleegkundigen werken in drie diensten: overdag, 's avonds en 's nachts. Zo is er altijd iemand die op je kan letten.

#### ***De afdelingsassistente***

Hij/zij doet allerlei klusjes die nodig zijn op de afdeling. Zoals de verpleegkundigen helpen.

#### ***Medisch pedagogisch zorgverlener***

Op de kinderafdeling zijn medisch pedagogische zorgverleners. Als je een onderzoek of een operatie krijgt, kunnen zij je uitleggen hoe dat gaat. Soms gaan ze ook met je mee. Heb je vragen, dan kun je die aan hen stellen. Zij zorgen er voor dat je, je op je gemak voelt.

#### ***Secretaresse***

Op elke afdeling staat een balie met daarachter de secretaresse. Naast de telefoon opnemen doet hij/zij nog meer belangrijk werk. Namelijk er voor zorgen dat jij een eigen map krijgt. In deze map staat wie je bent, wat je hebt en welke medicijnen je krijgt. De secretaresse zorgt er voor dat de juiste gegevens in de juiste map komen. Anders heb je straks de ziekte van iemand anders!

### ***Voedingsassistente***

Natuurlijk zijn er ook mensen die zorgen voor het eten. Op elke afdeling is een aparte ruimte waar het eten binnen komt. De voedingsassistente heeft een kar met voedingswaren en komt daarmee langs je bed. Uitzoeken maar!

### ***Fysiotherapeuten***

De fysiotherapeut helpt mensen die problemen hebben met het bewegingsapparaat, zoals je spieren of je gewrichten. Hij/zij begeleidt en oefent met bijvoorbeeld mensen met rugpijn. Ook helpt hij/zij mensen die geopereerd zijn en hulp nodig hebben bij het lopen.

### ***Laboranten***

Een laborante neemt buisjes bloed af bij patiënten en laat apparaten op het laboratorium bepalen of alle stofjes in het bloed er in de juiste hoeveelheid in zitten. Ook onderzoeken ze urine of ontlasting in het laboratorium.

### ***De diëtiste***

De diëtiste helpt mensen met het kiezen van voedsel dat goed voor ze is. Hij/zij helpt mensen met suikerziekte of mensen die te dik of juist te dun zijn.

## **6.2 Wie werken er achter de schermen?**

Om te zorgen dat alles op rolletjes loopt in het ziekenhuis zijn er nog veel meer mensen aan het werk die je niet meteen op de afdeling ziet. Sommige mensen kom je tegen als je geopereerd wordt of zie je in de gangen. Ook zijn er mensen die je niet ziet maar wel belangrijk werk doen. We noemen er een aantal op:

### ***De receptionist***

De receptionist zit bij de ingang van het ziekenhuis. Hij/zij neemt de telefoon op en wijst mensen de weg in het ziekenhuis.

### ***Doktersassistente***

De doktersassistente helpt de dokter. Hij/zij maakt de afspraken en helpt bij kleine ingrepen op de polikliniek.

### ***De anesthesist***

Deze dokter laat mensen slapen tijdens de operatie. Daarbij let hij/zij er op dat alles goed gaat.

### ***De röntgenoloog***

De röntgenoloog maakt röntgenfoto's van allerlei plekken van het lichaam. Hij/zij kijkt bijvoorbeeld of een bot gebroken is, of dat de organen in je buik helemaal goed zijn.

### ***Schoonmakers***

Dweilen, prullenbakken legen, bedden afhalen, kastjes poetsen. Het is allemaal het werk van de schoonmakers. Juist omdat er zoveel bacteriën in een ziekenhuis zijn moet er veel en goed schoongemaakt worden.

***Sterilisatiemedewerker***

Alle instrumenten van de chirurg moeten kraakhelder zijn. Daarom wordt alles gesteriliseerd in speciale machines door de sterilisatiemedewerker.

***De kok***

Hij/zij zorgt er voor dat alle patiënten hun maaltijden krijgen. Sommige patiënten hebben speciaal voedsel nodig, bijvoorbeeld vloeibaar of gemalen. Ook zijn er patiënten die bepaalde voedingsstoffen of middelen niet mogen zoals zout of suiker. Ziekenhuis Amstelland is bovendien een joods ziekenhuis en daarom wordt er ook kosjer voedsel bereid voor de joodse afdeling.

***De directeur***

De directeur zorgt ervoor dat alles in het ziekenhuis op rolletjes loopt. Hij/zij moet er voor zorgen dat de zorg goed is en ook dat er voldoende geld is om alle spullen die nodig zijn te kopen en het personeel te betalen.

***Administratief personeel***

Dit zijn medewerkers die zorgen voor de zaken die op kantoor plaatsvinden zoals salarissen, post, rekeningen, afspraken, enzovoorts.

***Technische medewerkers***

Een ziekenhuis heeft veel apparatuur nodig om te zorgen dat patiënten behandeld worden. Denk aan machines waar de chirurg mee werkt zoals beademingsmachines en andere bewakingsapparatuur. Daarnaast kent een ziekenhuis apparatuur die je thuis ook gebruikt, zoals verwarming, computers, afwasmachines, schoonmaakapparatuur en nog veel meer!

***Geestelijk verzorger***

De geestelijk verzorger helpt mensen die verdrietig zijn. Dit doet hij/zij door te praten en vooral goed te luisteren.

***Vrijwilligers***

In het ziekenhuis zijn een heleboel vrijwilligers. Dat zijn mensen die soms in het ziekenhuis werken, maar er geen geld voor krijgen. Ze doen het omdat ze het leuk vinden om iets voor de patiënten te doen. Ze zijn onmisbaar!

***En jij?***

***Je ziet dat er heel veel banen zijn in het ziekenhuis. Er zijn niet alleen maar dokters en verpleegkundigen.***

***Lijkt het jou leuk om in een ziekenhuis te werken?***

## Hoofdstuk 7 De joodse vleugel van het ziekenhuis

In dit hoofdstuk vertellen we wat meer over de joodse gebruiken die in het ziekenhuis op de joodse afdeling worden nageleefd.

### 7.1 Ontstaan van de joodse vleugel

Doordat twee kleine ziekenhuizen gingen samenwerken (Nicolaas Tulp Ziekenhuis en de joodse Centrale Israëlitische Ziekenverpleging) ontstond in 1978 Ziekenhuis Amstelveen. Sinds die tijd heeft het ziekenhuis een joodse vleugel. Met de verbouwing van het ziekenhuis in 2005 is tegelijk de naam 'verbouwd' in Ziekenhuis Amstelland.

### 7.2 Joodse gebruiken

Op de joodse vleugel heerst een speciale sfeer en worden de joodse gebruiken nageleefd. Dit betekent dat de joodse feestdagen gevierd worden en er kosjere maaltijden geserveerd worden. Op de joodse vleugel is een dagverblijf gehuisvest. Deze ruimte wordt gebruikt voor het ontvangen van de patiënten en het vieren van speciale gelegenheden. Ook kunnen de patiënten hier hun bezoek ontvangen.

- **Mezoeza**  
Aan alle deurposten op de joodse afdelingen is een klein kokertje bevestigd. Dit kokertje heet Mezoeza en is het teken voor een joods huis. In het kokertje zit een stukje perkament met een gedeelte van een tekst uit het oude testament. Men zegt dat de Mezoeza bescherming biedt aan de mensen die in de kamer verblijven.
- **Producten uit Israël**  
Op de joodse vleugel staat een vitrine met daarin producten uit Israël, zoals sieraden, boeken, kandelaars en kaarten. Je kunt deze producten kopen en de opbrengst gaat naar goede doelen in Israël.
- **Kosjere voeding**  
Op de joodse vleugel wordt speciale aandacht besteedt aan het eten. Er wordt kosjere voeding geserveerd; dit betekent dat de voeding binnen het jodendom toegestaan is. Voorbeelden hiervan zijn granen, fruit, groente, thee, koffie en eieren. Ook de meeste vissoorten en vleessoorten zijn kosjer, maar niet alle. Zo is bijvoorbeeld rundvlees kosjer, maar varkensvlees niet. Voor de bereiding van kosjere maaltijden worden veel verse ingrediënten gebruikt. Daarnaast worden melk- en vleesproducten gescheiden van elkaar gegeten en op apart servies geserveerd. Het ontbijt en de lunch bestaan uit melkproducten, bijvoorbeeld kaas, salades, zoet beleg, pap en regelmatig een gekookt ei bij de lunch. Bij het avondeten krijgt de patiënt wel vlees. In principe krijgt een patiënt dus geen vleeswaren voor het ontbijt en de lunch, maar in overleg kan hier van afgeweken worden.

- **Sjabbat**  
 Volgens het joodse geloof is sjabbat de rustdag. Deze begint op vrijdag enige tijd voor zonsondergang en eindigt zaterdag wanneer het helemaal donker is. De sjabbat start met het aansteken van twee kaarsen, dit doen we in het dagverblijf met twee elektrische kaarsen. Bij aanvang van sjabbat wordt een extra feestelijke maaltijd geserveerd en op sjabbat krijgt iedereen iets lekkers bij de koffie. Het gebruik van elektriciteit op sjabbat mag volgens de joodse tradities niet en daarom is de televisie in het dagverblijf met een kleed afgedekt. Als je niet joods bent mag je gelukkig wel op je eigen kamer televisie kijken. Je kunt je eigen bedlampje gebruiken, het licht op de afdelingen gaat automatisch aan en uit met behulp van een tijdschakelaar.
- **Synagogediensten**  
 Op vrijdag- en zaterdagochtend worden in de Ontmoetingsruimte van het ziekenhuis synagogediensten verzorgd. Zo worden de diensten genoemd voor de joodse gemeenschap. Ook niet-joodse patiënten zijn van harte welkom om een synagogedienst, of een gedeelte daarvan, bij te wonen. Natuurlijk zijn er ook godsdienstbijeenkomsten voor niet joodse mensen in het ziekenhuis zoals een oecumenische kerkdienst. In het ziekenhuis zijn daarvoor geestelijk verzorgers aanwezig.

### 7.3 Joodse feestdagen

Op de joodse verpleegafdelingen worden de joodse feestdagen gevierd. Ook aan de feestdagen wordt extra aandacht besteed, bijvoorbeeld met een feestelijke maaltijd.

Onderstaand een overzicht van de feestdagen. De precieze data zijn elk jaar verschillend:

Feestdag	Uitleg	Wanneer
Rosj Hashana	Joods Nieuwjaar	september
Jom Kippoer	Grote verzoendag	september of oktober
Soekot	Loofhuttenfeest	oktober
Sjeminie Atseret	Slotfeest	oktober
Simchat Thora	Vreugde de Wet	oktober
Chanoeka	Inwijdingsfeest	december
Toe bisjwat	Boomplantfeest	januari of februari
Poeriem	Lotenfeest	maart
Pesach	Paasfeest	april
Sjavoe'ot	Wekenfeest	mei of juni

## **Hoofdstuk 8 Tips voor een perfecte spreekbeurt**

Om een goede presentatie te houden moet je rekening houden met een aantal dingen. Hieronder staan een aantal tips waardoor je kans maakt op een hoog cijfer!

### **Tip 1 Oefenen**

Oefen van te voren je spreekbeurt. Dit kun je doen voor je ouders of broertje of zusje. Als ze er niets van begrijpen kunnen ze je dat vertellen. Als je dit te spannend vindt dan kun je oefenen voor de spiegel. Je vindt het misschien een beetje gek maar je kan wel zien wat je allemaal met je handen en je lijf doet tijdens het presenteren. Door de zenuwen kun je soms rare bewegingen maken. Door je spreekbeurt te oefenen zorg je er voor dat je straks minder zenuwachtig bent.

### **Tip 2 Spieken van een briefje**

Schrijf niet alles op een vol geschreven vel want dan is de kans groot dat je alles op gaat lezen en naar het vel kijkt. Het is voor je klasgenoten niet leuk en je kunt pijn in je nek krijgen. Maak een briefje met daarop wat woorden en zinnen die je helpen om je spreekbeurt te onthouden. Als je het verhaal dan kwijt bent kun je even spieken op je brief. Dat is handig!

### **Tip 3 Zenuwachtig**

Het is heel normaal dat je bibberig bent. Daar heeft bijna iedereen last van. Zeg het gewoon aan het begin van je spreekbeurt dat je zenuwachtig bent. Je zult zien dat het dan veel beter gaat. Datzelfde geldt ook als je bang bent om een rood hoofd te krijgen, gewoon zeggen! Wedden dat je niet meer rood wordt als je aan het praten bent?

### **Tip 4 Luid en duidelijk praten**

Als je alleen praat en iedereen is aan het luisteren lijkt het snel alsof je hard praat. Vaak is dat niet zo. Praat rustig en duidelijk zodat alles goed te volgen is voor je klasgenoten. En wat het belangrijkste is: dat is goed voor je zelfvertrouwen!

### **Tip 5 Een hulpmiddel**

Het is leuk om tijdens je spreekbeurt iets te laten zien. Zo begrijpt iedereen beter waar je het over hebt. Je kan een vriend(in) vragen of hij/zij iets omhoog wil houden of uit wil delen waardoor je niet alleen voor de klas staat.

### **Tip 6 Op de plaats rust**

Je weet zelf precies wat je gaat vertellen maar je klasgenoten weten dat niet. Houd daarom af en toe een kleine pauze tussen twee onderwerpen door. Je klasgenoten krijgen de kans om tot zich door te laten dringen wat ze gehoord hebben en jij kan even op je briefje kijken.

### **Tip 7 Twee benen op de grond**

Als je voor de klas staat zorg er dan voor dat je stevig staat: een rechte rug, twee benen op de grond en niet gaan wiebelen van je ene op je andere been. Zorg dat je van tevoren naar het toilet bent geweest en draag kleding waarin jij je prettig voelt. Misschien kun je je verkleden als dokter of verpleegkundige. Het is leuk om te zien en je zit gelijk helemaal in je onderwerp.

### **Tip 8 Ik zie wat jij niet ziet**

Het is best spannend als al die gezichten je aan zitten te kijken. Een trucje is om net over de hoofden naar een punt op de muur te kijken. Je klasgenoten denken dat je ze aankijkt, maar eigenlijk kijk je net over hun hoofd heen. Ook kun je met een paar vrienden of vriendinnen afspreken dat je hen om de beurt aankijkt.

### **Tip 9 Hoe begin je?**

Probeer je spreekbeurt te starten met een grapje of verhaaltje. Een leuk begin werkt namelijk goed. Je kunt ook vertellen waarom je de spreekbeurt over het ziekenhuis houdt. Je kunt bijvoorbeeld vragen of iemand wel eens in het ziekenhuis heeft gelegen. Als iemand ervaring heeft wil hij/zij daar misschien wat over zeggen.

### **Tip 10 Jij bent de deskundige**

Bedenk dat jij je helemaal hebt verdiept in het onderwerp waardoor je meer weet dan je klasgenoten. Jij bent de expert!



## Quiz

Deze quiz kun je doen tot slot van je spreekbeurt.

### In-het-ziekenhuis quiz

1. Je hebt hartkloppingen, naar welke dokter ga je?
  - a. de uroloog
  - b. de longarts
  - c. de cardioloog
  - d. de gynaecoloog
2. Je hebt misschien een bot gebroken, naar welke afdeling ga je?
  - a. het laboratorium
  - b. de directie
  - c. de röntgenafdeling
  - d. fysiotherapie
3. Wat is een ander woord voor anesthesioloog?
  - a. Huisarts
  - b. Narcose-dokter
  - c. Arts-assistent
  - d. Longarts
4. Wat betekent E.H.B.O?
  - a. Eerste hulp bij oorpijn
  - b. Eerste hulp bij ongelukken
  - c. Eindelijk hulp bij oorpijn
  - d. Eindelijk hulp bij ongelukken
5. Wat betekent OK?
  - a. Ontwakingskamer
  - b. Openingskamer
  - c. Operatiekamer
  - d. Oké
6. Waarvoor gebruiken ze een traumahelikopter?
  - a. Om op vakantie te gaan
  - b. Om hulp te bieden op plaatsen waar een ambulance niet goed bij kan of niet snel genoeg is
  - c. Om van het uitzicht te genieten
  - d. Om te kijken hoe erg een ongeluk is
7. Waarom mag een verpleegkundige geen ring dragen?
  - a. Zodat niemand kan zien of hij/zij getrouwd is
  - b. Omdat het soms lelijke ringen zijn
  - c. Omdat er bijvoorbeeld bacteriën onder de ring kunnen gaan zitten
  - d. Omdat hij/zij een patiënt daarmee per ongeluk kan verwonden

8. Hoe moet een chirurg een boterham eten als hij/zij werkt?
  - a. Een verpleegkundige moet hem of haar voeren
  - b. Hij/zij moet even haar handschoenen uitdoen
  - c. De chirurg moet voorzichtig zijn met kruimelen
  - d. Een chirurg mag niet eten als hij/zij opereert
  
9. Wat gebeurt er op een polikliniek?
  - a. Daar word je onderzocht en kijken ze wat er mis met je is. Soms moet je geopereerd worden, je kunt medicijnen krijgen en er kan helemaal niks aan de hand zijn.
  - b. Op de polikliniek word je geopereerd
  - c. Hier word je onder narcose gebracht
  - d. Op de polikliniek wordt het eten klaargemaakt
  
10. Welke dokter helpt jou om alles te regelen wat te maken heeft met je gezondheid?
  - a. Je huisarts
  - b. De KNO-arts
  - c. De traumahelikopter piloot
  - d. De neuroloog

*Antwoorden:*

*1c, 2c, 3b, 4b, 5c, 6b, 7c, 8d, 9a, 10a*

## Trefwoordenlijst

<b>Astma</b>	Dit is een aandoening van de luchtwegen waarbij benauwdheid of hoesten optreedt.
<b>Chirurgie</b>	Dit is een moeilijk of deftig woord voor operatie.
<b>Chronisch</b>	Je bent langer dan drie maanden ziek. Soms genees je niet helemaal, voel je je beter, dan ga je weer naar huis.
<b>Dagbehandeling</b>	Apart gedeelte in het ziekenhuis waar je niet kunt blijven slapen.
<b>Doorverwijzen</b>	Als de huisarts zegt dat je naar een specialist in het ziekenhuis moet.
<b>Geïsoleerd</b>	Je ligt alleen op een kamer. Alleen mensen die een schort en handschoenen dragen mogen naar binnen.
<b>Intensive Care</b>	Dit betekent intensieve zorg. Op deze afdeling word je extra in de gaten gehouden.
<b>Oncologie</b>	Oncologie is een Grieks woord en wordt gebruikt voor alle vormen van kanker.
<b>Opname</b>	De officiële naam voor slapen in het ziekenhuis.
<b>Polikliniek</b>	Een apart gedeelte in het ziekenhuis waar je heen gaat voor controle en vragen kunt stellen aan de dokter.
<b>Specialist</b>	Dokter die in het ziekenhuis werkt en veel verstand heeft van een bepaald deel van je lichaam.
<b>Verkoever</b>	Deftig woord voor de uitslaapkamer.
<b>Verpleegafdeling</b>	Een gedeelte in het ziekenhuis waar mensen met dezelfde ziekte of van dezelfde leeftijd bij elkaar liggen.

## Nuttige links

- **Bibbers.nl**

Een website die gaat over angst.  
<http://www.bibbers.nl/>

- **Bogi.nl**

Op deze website lees je alles over erfelijkheid. Ook krijg je hulp bij het maken van een werkstuk of spreekbeurt.  
<http://www.bogi.nl/>

- **Brusjes.nl**

Website voor broertjes en zusjes van kinderen met een ziekte of handicap. Je vindt er onder andere verhalen van andere broertjes en zusjes en boeken over kinderen met een ziekte of handicap.  
<http://www.brusjes.nl/>

- **Ja dokter - nee dokter**

Website waarop precies uitgelegd wordt in welke mate je mag meebeslissen over je eigen behandeling en in hoeverre er rekening moet worden gehouden met jouw mening.  
<http://www.jadokterneedokter.nl/>

- **Keikiz TV**

Je kunt op deze site filmpjes bekijken met uitleg over diverse behandelingen in het ziekenhuis, zoals het ondergaan van een hartfilmpje en het laten maken van een röntgenfoto.  
[www.keikiz.tv](http://www.keikiz.tv)

- **Kinderprik.nl**

Veel kinderen krijgen prikken tegen enge ziekten. Een baby van twee maanden krijgt al zijn eerste prikjes. Waarom? Dat kun je lezen op deze site. Maar ook wat er niet leuk is aan een prik. Of over prikken in de tijd van je opa's en oma's.  
<http://www.kinderprik.nl/>

- **Ronald Mc Donaldfonds**

Het Ronald McDonald Kinderfonds biedt logeerplekken voor papa's, mama's, broertjes en zusjes van zieke kinderen. Dicht in de buurt van het ziekenhuis, zodat ouders altijd snel bij hun zieke kindje kunnen zijn. Met spreekbeurtinformatie.  
<http://www.kinderfonds.nl/kids>

- **Sterrewereld**

De Sterrewereld is een ontmoetingsplaats op internet die speciaal gemaakt is voor kinderen en jongeren van 5 tot 19 jaar die chronisch of langdurig ziek zijn. In de Sterrewereld kom je makkelijk in contact met nieuwe mensen. Je kunt met ze chatten, mailen en gamen en nog veel meer.  
<http://www.sterrewereld.nl/>