

# Preventie in de apothek

Januari 2022



Samen werken we aan een *gezonde regio*



## Preventie in de apothek

Sinds september 2021 vinden jullie in de BAF nieuwsbrief een tweemaandelijks item rond preventie. Vanaf deze maand hoort hier ook een fysiek pakket bij. Dit preventiepakket zal om de drie maanden rondgebracht worden. De pakketten zullen sensibiliseringsmaterialen bevatten die jullie als apotheker kunnen gebruiken om bepaalde preventiethema's ter sprake te brengen of om mensen te informeren.

Mocht je verkiezen om deze pakketten niet langer te ontvangen, dan kan dat door je uit te schrijven [via deze link](#).

De preventiepakketten worden aangeboden door Logo Zenneland vzw (werkzaam in 35 gemeenten in de regio Halle-Vilvoorde) en Logo Oost-Brabant vzw (werkzaam in 30 gemeenten in de regio Oost-Brabant) - organisaties die in opdracht van de Vlaamse overheid werken rond ziektepreventie en gezondheidsbevordering.



## Tournée Minérale: een maand zonder alcohol

De campagne Tournée Minérale van De Druglijn roept iedereen op om in februari 2022, voor het eerst of opnieuw, een maand geen alcohol te drinken.

### Editie 2022 - voel-je-vrij met Tournée Minérale

De focus van de campagne ligt dit jaar op je vrij voelen met Tournée Minérale: vrij van een kater en de daarbij horende verloren dag, vrij van sociale druk om te drinken en vrij om tijdens de rest van het jaar op een doordachte manier zelf te bepalen wanneer je wel of niet een glas drinkt. Wie al eerder deelnam heeft het waarschijnlijk wel ervaren: je hebt geen alcohol nodig om je te amuseren!

### Minérale tips voor jouw apothek - maak er een geslaagde editie van voor personeel en patiënten!

Motiveer je medewerkers en klanten om deel te nemen via de winkel, facebook, de website,...

Pak uit met je deelname! Hang de Tournée Minérale-affiche op. Post foto's van je deelname op sociale media met de hashtag **#tourneeminerale**. Sensibiliseer rond het gebruik van alcohol! Gebruik deze tips.

- Je slaapt beter;
- Je spaart geld uit;
- Je zet een stap naar een gezonder gewicht;
- Je huid gaat er van stralen;
- Je hebt geen kater, dus geen last en meer tijd;
- Je ondervindt de ongezonde gevolgen van het gebruik van alcohol niet.

Bestel je materialen via [www.tourneeminerale.be](http://www.tourneeminerale.be).



EEN INITIATIEF VAN  
dedruglijn

MET DE STEUN VAN  
Logo Zenneland vzw  
Logo Oost-Brabant vzw  
Logo Halle-Vilvoorde vzw

# Samen werken we aan een *gezonde* regio

## In januari praatten we over het bevolkingsonderzoek naar baarmoederhalskanker. In maart zetten we het bevolkingsonderzoek naar dikkedarmkanker in de kijker.

Januari was de actiemaand rond **baarmoederhalskanker**. De kernboodschap van deze campagne luidt: “We hebben het allemaal druk. Er is dus altijd wel iets dat dringender is dan al het andere. We weten dat kanker vroeg opsporen belangrijk is. En toch... van uitstel komt afstel.”  
“BlaBlaBla. Geen excuses. Laat een uitstrijkje nemen. Want tijdig opsporen is belangrijk.”

Een driejaarlijks uitstrijkje volstaat, vanaf je 24 jaar. Indien je als vrouw na 4 jaar geen uitstrijkje kreeg, ontvang je automatisch een uitnodiging. Baarmoederhalskanker ontwikkelt zich uiterst traag. Maar afwijkingen die ertoe kunnen leiden, zijn snel zichtbaar.

### Informeer daarom je cliënteel over dit gratis onderzoek.

Mannen en vrouwen van 50 tot en met 74 jaar kunnen zich dan weer om de 2 jaar gratis laten screenen op **dikkedarmkanker**. Ze krijgen een uitnodiging per post met een afnameset voor een stoelgangstest.

### Informeer over het levensbelangrijke bevolkingsonderzoek naar dikkedarmkanker.

Elk jaar krijgen meer dan 6500 Vlamingen te horen dat ze dikkedarmkanker hebben. Bij het ontstaan van dikkedarmkanker heb je eerst geen klachten. Daardoor wordt de ziekte vaak pas laat ontdekt. Het is daarom belangrijk om dikkedarmkanker op te sporen vóór je klachten hebt. Dikkedarmkanker en de voorlopers

ervan kunnen met een stoelgangstest vroegtijdig worden opgespoord. De behandeling is dan meestal minder zwaar en je hebt meer kans om te genezen.

Met de afnameset neemt men zelf een staal van de stoelgang en stuurt men het staal samen met het ingevulde antwoordformulier terug in de bubbel-envelop. Het labo onderzoekt het staal en bezorgt binnen 14 kalenderdagen het resultaat aan de doelgroep en hun huisarts.

### Wat kan jij doen?

Hoewel de stoelgangstest ‘poepsimpel’ is, toch kunnen mensen enige motivatie altijd gebruiken. Leg hen uit hoe de stoelgangstest werkt. Maak gebruik van de filmpjes en sensibiliseringsmaterialen.

- Check de informatie over de bevolkingsonderzoeken op [www.bevolkingsonderzoek.be](http://www.bevolkingsonderzoek.be)
- Check [de infosheet voor apothekers](#).
- [Bekijk en deel het filmpje](#)
- Gebruik [de digitale pancarte](#)



Mocht je nog extra informatie wensen, neem gerust contact op met [info@logozenneland.be](mailto:info@logozenneland.be) voor Halle-Vilvoorde en [info@logo-oostbrabant.be](mailto:info@logo-oostbrabant.be) voor Oost-Brabant.

Het belang van preventie is nog nooit zo duidelijk geweest. Mensen sensibiliseren om gezonde levenskeuzes te maken of om een gezonde leefomgeving te creëren is dan ook een essentiële taak van elke zorgverlener.

Als apotheker geef je spontaan al heel wat preventief gezondheidsadvies aan je patiënten. Met een gemiddelde van honderd patiëntencontacten per dag behoren apothekers tot de zorgverstrekkers in de eerste lijn met het grootst aantal contacten. Het lijkt dan ook logisch om dat netwerk in te schakelen in die belangrijke ziektepreventie en gezondheidsbevordering.

BAF, Logo Oost-Brabant en Logo Zenneland (Lokaal Gezondheidsoverleg) willen je hierbij ondersteunen met informatie en materialen, ontwikkeld door experts op basis van het Vlaamse preventiebeleid.

Logo Oost-Brabant is verantwoordelijk voor de Eerstelijnszones Demerland, Leuven, Leuven Noord, Leuven Zuid, Zuidoost Hageland en hun lokale besturen.

Logo Zenneland is verantwoordelijk voor de Eerstelijnszones AMALO, BraVio, Druivenstreek, Pajottenland, Regio Grimbergen, Zennevallei en hun lokale besturen.

[Visie en missie Vlaamse Logo's.](#)

[www.logo-oostbrabant.be](http://www.logo-oostbrabant.be)  
[info@logo-oostbrabant.be](mailto:info@logo-oostbrabant.be)



[www.logozenneland.be](http://www.logozenneland.be)  
[info@logozenneland.be](mailto:info@logozenneland.be)

