



pulse



EDITIE CAMPUS **BLANKENBERGE**

VOORJAAR 2026



In deze editie

Consultaties/ overzicht artsen	2
Nieuwe artsen	3
Gespecialiseerde oogzorg in AZ Zeno	3
Welkom in AZ Zeno op 15 maart, Dag van de Zorg	4
Brain Health Clinic zet volop in op preventie van dementie	6
Spierkracht als sleutel tot levenskwaliteit	7
Jouw gezondheidsdossier binnen handbereik	7
Internationale erkenning van de International Osteoporosis Foundation voor de trajectbegeleiding van patiënten met osteoporose	8

dag v/d
ZORG
**ZONDAG
15 MAART**

Woord vooraf

Dag van de Zorg: welkom achter de schermen van AZ Zeno



Deze editie van onze infokrant nodigt je uit om AZ Zeno écht te beleven, want op zondag 15 maart zetten we tijdens de Dag van de Zorg onze deuren wagenwijd open voor het grote publiek. Tijdens onze opendeurdag nemen we je mee achter de schermen van het ziekenhuis. Je ontdekt onze verschillende medische diensten en consultaties, verkent het operatiekwartier en maakt kennis met hoogtechnologische geneeskunde van dichtbij. Ook onze oncologische zorg komt aan bod: je ervaart hoe warme en gespecialiseerde zorg hand in hand gaan, en hoe Warm nest het verschil maakt wanneer je met kanker wordt geconfronteerd. Daarnaast stap je binnen in Zeno2, ons preventieve zorgplatform, en krijg je een inkijk in hoe ook voeding en herstel onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn in onze ziekenhuiskeuken. Op pagina 4 en 5 ontdek je de volledige route en het programma van de dag. Wij hopen je van harte te mogen verwelkomen.

Wat je op Dag van de Zorg kan ontdekken, is het resultaat van een ziekenhuis dat voortdurend meegroeit met de noden van zijn patiënten en de evoluties in de zorg. Met meer dan 150 artsen en een steeds ruimer zorgaanbod neemt de zorgvraag in AZ Zeno jaar na jaar toe. Om die groei op een duurzame manier op te vangen, investeren we gericht in mensen, infrastructuur en technologie.

Daarnaast bouwen we verder aan Zeno2, ons preventieve zorgplatform. Met de opstart van de Brain Health Clinic zetten we sterk in op het voorkomen van dementie. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat bijna de helft van de gevallen kan worden voorkomen door tijdig in te grijpen op beïnvloedbare risicofactoren. In de Brain Health Clinic vertalen we die inzichten naar een persoonlijk en multidisciplinair zorgpad, zodat mensen al vanaf een vroegere levensfase actief kunnen werken aan een gezond en veerkrachtig brein.

Dankzij de dagelijkse inzet van onze artsen en medewerkers, het vertrouwen van onze patiënten en de samenwerking met onze partners kunnen we blijven bouwen aan zorg die vooruitkijkt. Ik nodig u graag uit om via deze infokrant onze werking en nieuwste initiatieven te ontdekken. Veel leesplezier!

Patrice Buyck
Algemeen directeur AZ Zeno

Onze campussen

campus **Knokke-Heist**

Kalvekeetdijk 260, 8300 Knokke-Heist

campus **Blankenberge**

Dr. F. Verhaeghestraat 1, 8370 Blankenberge

campus **Maldegem**

Brugse Steenweg 183E, 9990 Maldegem

T +32 (0)50 535 000, www.azzeno.be



In kader van het duurzaamheidsbeleid van AZ Zeno werd dit krantje gedrukt op PEFC-gecertificeerd papier. Het papier is afkomstig uit duurzaam beheerde bossen en gecontroleerde bronnen.



Oogzorg

Van wazig naar scherp zicht

Gespecialiseerde oogzorg in AZ Zeno

Wazig zien, hinderlijke schitteringen in het donker of vaker licht nodig hebben bij het lezen: het zijn signalen die een grote impact hebben op ons dagelijks leven. In AZ Zeno campus Blankenberge staat een uitgebreid team van elf oogartsen klaar om patiënten weer een scherpe blik te geven. "Door deze aandoeeningen vroeg te detecteren en gericht te behandelen, kunnen we de levenskwaliteit behouden of zelfs verbeteren" vertelt dr. Isabel Pinxten, diensthoofd oogheelkunde.

In onze kustregio, met een relatief oudere populatie, is cataract (of staar) de meest voorkomende aandoening op de consultatie. "Het is een typische ouderdomskwaal waarbij de ooglens vertroebelt", legt dr. Pinxten uit. "Mensen merken het vaak aan de achteruitgang van hun zicht, maar ook aan heel specifieke ongemakken. Denk aan uitstralende lichten bij het autorijden in het donker of het gevoel dat de kleuren fletser worden."

Voor patiënten voelt een achteruitgang van het zicht vaak ingrijpend, maar de oplossing is duidelijk en goed beheersbaar. De meest effectieve behandeling is een cataractoperatie, een korte ingreep die in AZ Zeno ondertussen een echte routine geworden is. "Het is een ingreep van tien tot vijftien minuten onder lokale verdoving. Patiënten zijn in totaal vaak niet langer dan twee tot drie uur in het ziekenhuis aanwezig", zegt dr. Pinxten.

“Wazig zicht en hinderlijke lichtschitteringen zijn vaak de eerste tekenen van cataract”

Geavanceerde kunstlenzen corrigeren zichtbeperkingen

De dienst oogzorg van AZ Zeno is erg toegankelijk dankzij een korte doorlooptijd. "Met onze twee modern uitgeruste operatiezalen in Blankenberge en een team dat volledig gefocust is op deze zorg, kunnen we patiënten vaak al binnen enkele weken inplannen voor een operatie", aldus dr. Pinxten.

Ook op het vlak van technologie staat de afdeling niet stil. Bij een cataractoperatie wordt de troebele lens vervangen door een kunstlens. "Daarin zien we recent grote evoluties. Vroeger was er één standaardlens, maar vandaag kunnen we meer maatwerk bieden. Voor patiënten die na hun ingreep volledig brilvrij door het leven willen, zijn er geavanceerde lenzen die zowel het verzicht als het tussen-zicht of leeszicht corrigeren."



Tijdige screening

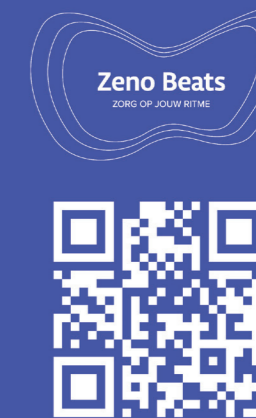
Naast cataract focust de dienst ook op 'stille' aandoeningen zoals glaucoom. "Dat kan gevaarlijk zijn omdat je een verhoogde oogdruk zelf niet voelt", waarschuwt dr. Pinxten. "Wanneer je zélf merkt dat je minder ziet door glaucoom, is de schade vaak al onherstelbaar. Daarom adviseren wij iedereen vanaf 45 jaar om elke twee jaar de oogdruk te laten controleren. Met een eenvoudige screening, ondersteund door opkomende AI-tools die afwijkingen in het netvlies detecteren, kunnen we tijdig ingrijpen met druppels of een laserbehandeling."

Meer info en afspraken, scan de QR code



Stap in het ritme van AZ Zeno Klinkt goed?

Ontdek onze **vacatures** en jouw **unieke beat** op www.azzeno.be/jobs



Nieuwe artsen

Dr. Charlotte Carton reumatologie



Dr. Victor Wanten oogziekten



Dr. Kristel Goubert maag-, darm- en leverziekten



Dr. Karolien Schwagten orthopedie



Dr. Jana Rouquart kindergeneeskunde



Dr. Wouter Rosseels intensieve zorg



Dr. Jelle Vanlancker intensieve zorg



Dr. Vincent Vanstallen intensieve zorg



K = campus Knokke-Heist
B = campus Blankenberge
M = campus Maldegem
G = Geconventioneerd
NG = Niet geconventioneerd
GG = Gedeeltelijk geconventioneerd



PALLIATIEVE ZORG	
K +32 (0)50 534 390	
dr. Jan Eerens	K G
PIJNKLINIEK	
K - B +32 (0)50 535 157	
dr. Sara Cardinael	K - B G
dr. Queenayda Kroon	K - B G
dr. Lynn Puissant	K - B G
PLASTISCHE HEELKUNDE	
K - B +32 (0)50 535 010	
dr. Ivar van Heijningen	K - B NG
PSYCHIATRIE	
K +32 (0)50 535 010 M +32 (0)50 533 000	
dr. Wim Brabant: +32(0)50 535 010	K - B G
dr. Virginie Claerhout: +32(0)50 535 030	K G
dr. Jonas Claeys	M G
dr. Carl Pinson: +32(0)50 535 000	K G
RADIOLOGIE (24/24u. permanentie)	
K - M +32 (0)50 534 700 B +32 (0)50 534 680	
dr. Qasim Arkawazy	K - B - M G
dr. Barbara Collard	K - B - M G
dr. Jeroen De Groot	K - B - M G
dr. Geert Hespel	K - B - M G
dr. Pieter Roels	K - B - M G
dr. Simon Van Petegem	K - B - M G
dr. Francis Vanneste	K - B - M G
dr. Karen Vermeiren	K - B - M G
REUMATOLOGIE	
K - B - M +32 (0)50 534 640	
dr. Charlotte Carton	K - B G
dr. Claire Debusschere	K - B G
dr. Cedric Lefevre	K - M G
SPOEDGEVALLEN (24/24u. permanentie)	
K +32 (0)50 535 112 B +32 (0)50 534 112	
dr. Saartje Bogaerts	K - B G
dr. Tom De Coninck	K - B G
dr. Jan Deldycke	K - B G
dr. Stephanie D'hollander	K - B G
dr. Julie Horevoets	K - B G
dr. Inge Moerman	K - B G
dr. Caroline Siau	K - B G
dr. Katrien Tavernier	K - B G
dr. Frédérique Usé	K - B G
dr. Vera Van Haevre	K - B G
dr. Emanuel Van Hoecke	K - B G
dr. Florian Vanhoebbeeck	K - B G
dr. Paul Verrelst	K - B G
dr. Roel Vileyn	K - B G
UROLOGIE	
K +32 (0)50 535 030 B +32 (0)50 534 030 M +32 (0)50 533 000	
dr. Laurent Fossion	K - B - M NG
dr. Wim Kerckhaert	K - B NG
dr. Zia Malikzada	K - B NG

EEN AFSPRAAK MAKEN

- > Telefonisch via het afsprakennummer
- > Online via de website
 - Surf naar www.azzeno.be/artsen
 - Kies de gewenste dokter
 - Klik op de 'online afspraak' button
 - Raadpleeg de kalender met beschikbare momenten en kies het tijdstip dat best past voor jou

- > Spring ter plaatse eens binnen, we zijn elke dag open en helpen je graag verder.



ANATOMO-PATHOLOGIE	
K +32 (0)50 534 660	
dr. Klaas De Corte	K G
dr. Bart Lelie	K G
ANESTHESIE	
K +32 (0)50 535 157	
dr. Sara Cardinael	K G
dr. Frédéric Gennart	K G
dr. Queenayda Kroon	K G
dr. Ilse Larmuseau	K G
dr. Lynn Puissant	K G
dr. Kristof Van Belle	K G
dr. Justine Van Loocke	K G
dr. Judith Vanden Broucke	K G
dr. Anne Verbeke	K G
dr. Sören Verleysen	K G
dr. Bart Verwimp	K G
dr. Piet Waelkens	K G
CARDIOLOGIE	
K +32 (0)50 535 030 B +32 (0)50 534 030	
dr. Filip De Vlieghe	K - B NG
dr. Gerke Erkelens	K - B NG
dr. Bernardo Grijalba	B G
dr. Flor Kerkhof	K - B G
dr. Stefan Verstraete	K - B NG
DERMATOLOGIE	
K +32 (0)50 535 010 B +32 (0)50 534 030	
dr. Frank Campaert	K NG
dr. Emmely Genouw	K - B NG
dr. Evert Vermander	K - B NG
dr. Frank Vermander	K - B NG
ENDOCRINOLOGIE / DIABETOLOGIE	
K +32 (0)50 535 030 B +32 (0)50 534 030 M +32 (0)50 533 000	
dr. Lore Depoorter	K - B - M G
dr. Liesbet Trenson	K - B - M G
FYSISCHE, REVALIDATIE- EN SPORTGENEESKUNDE	
K +32 (0)50 534 610 B +32 (0)50 534 615 M +32 (0)50 533 000	
dr. Joris Callens	K - B - M NG
dr. Hans Soete	K - B - M NG
dr. Léonie Verbeke	K - B - M NG
GERIATRIE	
K +32 (0)50 535 180 B +32 (0)50 535 200	
dr. Yerma Coppens	K G
dr. Catharina Mertens	B G
dr. Charlotte Mouton	B G
dr. Roland Pieters	K G
dr. Robin Salamon	K G
GYNAECOLOGIE	
K +32 (0)50 535 010 B +32 (0)50 534 030 M +32 (0)50 533 000	
dr. Guy Bouwens	K - B NG
dr. Sanne Deneckere	K - B NG
dr. Barbara De Brauwier	K - M NG
dr. Jeff De Loose	K - M NG
HEELKUNDE	
K - B - M +32 (0)50 534 500	
dr. Bart Devos	K - B NG
dr. Bruno Dillemans: +32 (0)50 535 000	M G
dr. Karen Jacobs	K - B - M NG
dr. Marc Philippe	K - B NG
dr. Mathieu Vandeputte	K - B - M NG
dr. Johan Vlasselaers	K - B NG
INTENSIEVE ZORG	
K +32 (0)50 535 230	
dr. Frédéric Gennart	K G
dr. Ilse Larmuseau	K G
dr. Marieke Rooijackers	K G
dr. Wouter Rosseels	K G
dr. Kristof Van Belle	K G
dr. Justine Van Loocke	K G
dr. Jelle Vanlancker	K G
dr. Vincent Vanstallen	K G
dr. Yasmine Vercammen	K G
dr. Sören Verleysen	K G
dr. Stefan Verstraete	K G
dr. Piet Waelkens	K G
KINDERGENEESKUNDE	
K +32 (0)50 535 010 B +32 (0)50 534 030 M +32 (0)50 533 000	
dr. Sabine Kuypers	K NG
dr. Jana Rouquart	K NG
dr. Karen Vanderbruggen	K - M NG
dr. Liesbeth Vanderlinden	K - B NG
dr. Lien Willems	K - B - M NG

LABORATORIUM (24/24u. Permanentie in Knokke-Heist)	
K +32 (0)50 534 750 B +32 (0)50 534 760	
ap. biol. Els Dumoulin	K - B G
ap. biol. Karen Janssen	K - B G
ap. biol. André Trouvé	K - B G
dr. Charlotte Trouvé	K - B G
LONGZIEKTEN	
K +32 (0)50 535 030 B +32 (0)50 534 030	
dr. Piet Goossens	B G
dr. Marieke Rooijackers	K - B G
dr. Luc Vanmaele	K G
dr. Rita Vaz	K - B G
MAAG-, DARM-, EN LEVERZIEKTEN	
K +32 (0)50 535 030 B +32 (0)50 534 030	
dr. Kristel Goubert	K - B G
dr. Sigrid Mareels	K - B G
dr. Koen Van Dycke	K G
dr. Andrew Vervaecke	K - B G
MOND-, KAAK- EN AANGEZICHTSCHIRURGIE	
K - B - M +32 (0)50 534 571	
dr. Tom De Backer	K NG
dr. Joke De Ceulaer	K NG
dr. Maria Desmedt	K - B NG
dr. Nathalie Neyt	K NG
dr. Christophe Spaas	K - B - M NG
NEFROLOGEN	
K +32 (0)50 535 030	
dr. Roos Pannecoek	K G
dr. Bert Vandewiele	K G
NEUROLOGIE	
K +32 (0)50 535 030 B +32 (0)50 534 030 M +32 (0)50 533 000	
dr. Pinar Canavar Bayram	K - M G
dr. Jens Devoelaere	K - B - M G
dr. John Lebbink	K - B - M G
dr. Laurence Peeters	K - B - M G
NEUROCHIRURGIE / SPINE UNIT	
K +32 (0)50 534 510	
dr. Eno Lavrysen	K - B NG
NEUS-, KEEL- EN OORZIEKTEN	
K +32 (0)50 535 030 B +32 (0)50 534 030 M +32 (0)50 533 000	
dr. Laura Craeghs	K - B - M G
dr. Sofie Mattheeuws	K - B - M G
dr. Fanny Mestdagh	K - B G
dr. Stefanie Terryn	K - B - M G
NUCLEAIRE GENEESKUNDE	
K +32 (0)50 534 730	
dr. Koen Melis	K G
ONCOLOGIE	
K +32 (0)50 535 030 B +32 (0)50 534 030	
dr. Daan De Maeseneer	K G
dr. Lorenz Haaker	K - B G
dr. Justine Lauwyck	K G
OOGZIEKTEN	
K +32 (0)50 535 030 B +32 (0)50 534 030	
dr. Caroline Cardyn: +32 (0)50 535 010	K NG
dr. Isabel Pinxten	B NG
dr. Steven Renier	B NG
dr. Dorothee Scheers	B NG
dr. Katrien Vandeweghe	K - B NG
dr. Jan Van Thillo: +32 (0)50 535 010	K G
dr. Victor Wanten	K - B NG
dr. Jean-Baptiste Willemot	B NG
ORTHOPEDIE	
K +32 (0)50 534 510 B +32 (0)50 534 520 M +32 (0)50 534 510	
dr. Guy Arnauw	K - B - M NG
dr. Justine Barbier	K - B - M NG
dr. Vincent Eggerding	K - B - M NG
dr. Dirk Laureys	K - B NG
dr. Kristof Pierets	K - B NG
dr. Karolien Schwagten	K - B NG
dr. Hilde Van Ransbeeck	K - B - M NG
dr. Sam Vander Eecken	K - B - M NG
dr. Pieter-Bas Vererfve	K - B - M NG
ORTHOPEDIE ANCA-CLINIC	
K +32 (0)50 535 030	
dr. Geert De Loore	K NG
dr. Koen De Smet	K NG
dr. Damien Van Quickenborne	K NG

dag v/d Zorg

Ontmoet ons op Dag van de Zorg

Welkom op onze opendeurdag!

Op zondag 15 maart zet AZ Zeno zijn deuren wagenwijd open voor het brede publiek tijdens Dag van de Zorg. Onze dokters, verpleegkundigen en zorgkundigen nemen je mee op een interactieve rondleiding achter de schermen van ons bruisende ziekenhuis.

Welkom in AZ Zeno

Wij heten je van harte welkom in onze centrale inkomhal. Van hieruit nemen we je mee langs warme zorg en innovatie.

Zeno Beats

Denk je aan een carrière, stage of studentenjob in de zorg en wil je deel uitmaken van ons team? Bezoek onze jobbeurs en ontdek jouw toekomst in AZ Zeno. Wij zorgen voor een warme babbel, eerlijke antwoorden, carrièreadvies en misschien wel jouw droomjob of droomstage!



Zeno2

Naast curatieve zorg focust AZ Zeno ook op preventie. Ga op verkenning door onze nieuwe afdeling Zeno2 en maak kennis met de collega's en artsen van de Power Clinic, Gut Clinic en Brain Health Clinic. Ontdek hoe preventieve zorg bijdraagt aan je gezondheid op lange termijn.

Laboratorium

Benieuwd wat er gebeurt in een ziekenhuislaboratorium? Hier worden dagelijks 600 tot 700 stalen verwerkt. Via slimme automatisatie maken bloed- en andere stalen een indrukwekkende reis langs analysemachines en straten. Tijdens deze stop neem je een kijkje onder de microscoop en zie je hoe alle stalen veilig worden verwerkt.

Spoedgevallen

Hier duik je rechtstreeks in het kloppende hart van de zorg. In enkele duidelijke stappen leer je hoe je levensreddend kan handelen in een noodsituatie. Bij de demonstratie Basic Life Support (BLS) kan je zelf aan de slag gaan met de reanimatiepop en het AED-toestel. Of zit je liever eens achter het stuur van onze ambulance?



Ambulant revalidatiecentrum

Herstel en beweging gaan hand in hand in ons ambulant revalidatiecentrum. Volg een rondleiding langs logopedie, ergotherapie en kinesiotherapie en probeer zelf enkele revalidatie- en krachttrainingsoefeningen uit. Neem ook een kijkje in het hydrobad (het revalidatiezwembad) en de rugschool en beleef de veelzijdige wereld van de revalidatie van dichtbij.



Radiologie

Op de dienst radiologie leer je alles over medische beeldvorming. Röntgenfoto's, echografie, CT-scan en MRI laten ons toe om aan de binnenkant van het lichaam te kijken, onmisbaar voor een juiste diagnosestelling.

Operatiekwartier/ dagcentrum chirurgie

Beleef de fascinerende chirurgische wereld van dichtbij! Eenmalig voor Dag van de Zorg nemen we je mee voor een exclusieve rondleiding in enkele van onze hoogtechnologische operatiezalen. Hier is het tijd om zelf in actie te komen. In de endoscopiezaal kan je zelf oefenen met instrumenten en hechtingen. Bij de robotchirurgie tonen onze artsen hoe zij met de nieuwste technologie uiterst precies opereren. Daarnaast maak je kennis met orthopedische prothese- en traumachirurgie, en krijg je een inkijk in vaatheelkunde en anesthesie. Zo ontdek je hoe vakmanschap, teamwork en innovatie samenkomen in het operatiekwartier.



Consultaties

In AZ Zeno zijn meer dan 150 artsen actief. Ontmoet onze artsen en specialisten tijdens een wandeling langs de consultatieruimtes en ontdek het uitgebreide consultatieaanbod van AZ Zeno.



Keuken

In onze keuken worden je zintuigen echt geprikkeld. Niet voor niets veroverde AZ Zeno een plekje in de culinaire Gault Millau-gids. Hier geloven we dat goed eten bijdraagt aan welzijn en herstel. Ontdek onze voedselbibliotheek, kijk mee hoe verse, lokale en biologische ingrediënten worden bereid tot culinaire gerechten en ervaar hoe ons keukenteam met veel liefde en vakmanschap meer dan duizend maaltijden per dag klaarmaakt. Klinkt als zorg met smaak!



Moeder-Kindcentrum

In het Moeder-Kindcentrum staan onze kleinste patiënten centraal. Ontdek de verloskamer en de moderne en comfortabele afdeling waar alles is ingericht met het oog op een warme, huiselijke sfeer. Ontmoet het team gynaecologie, de vroedvrouwen en kinderartsen en maak kennis met Piep, onze enthousiaste ziekenhuismuis. Test de VR-bril, die afleiding en geruststelling biedt tijdens onderzoeken. Een speels en ontspannen bezoek aan het ziekenhuis kan voor kinderen een eerste, fijne kennismaking zijn en de drempel verlagen bij een latere consultatie of opname.



Geriatrisch centrum

Binnen de ouderenzorg bieden we een uitgebreid geriatrisch zorgprogramma. Met een sterk multidisciplinair team zetten we in op het welzijn van de fragiele patiënt, met aandacht voor onder meer malnutritie, valpreventie en orthogeriatricie. Tijdens deze stop neem je een kijkje in verschillende leef- en zorgruimtes en ontdek je hoe ook innovatieve hulpmiddelen, zoals een VR-bril, ondersteuning bieden bij ontspanning en cognitieve stimulatie.

Dagcentrum interne

In het dagcentrum interne ligt de focus op oncologische zorg, intraveneuze therapieën en kleine onderzoeken zoals endoscopieën. Je ontmoet de artsen, verpleegkundigen en onco-consultanten. Je krijgt een concreet beeld van hoe een dagbehandeling praktisch en persoonlijk wordt georganiseerd en hoe wij transmurale samenwerking met thuiszorg, huisartsen en andere zorgverleners om de zorg voor de patiënt te optimaliseren.

Schoonmaak

Onze schoonmaakdienst poetst maar liefst 200 kamers, 150 bergingen, 315 toiletten, 30 keukens, 72 consultatieruimtes en 10 liften. Neem een kijkje in onze wasserette, ontmoet onze gloednieuwe schoonmaakrobot en ontdek hoe ons team elke dag opnieuw zorgt voor een nette en veilige ziekenhuisomgeving.



Warm nest

Stap binnen in Warm nest, het inloophuis voor iedereen die met kanker wordt geconfronteerd. Hier vind je rust, steun, een luisterend oor én een gevarieerd aanbod van activiteiten. Ontdek wat Warm nest te bieden heeft en hoe deze plek het verschil kan maken.

Praktische info

Zondag 15 maart

AZ Zeno campus Knokke-Heist, Kalvekeetdijk 260
10.00 - 17.00 uur

€ Toegang is gratis

Er is parkeergelegenheid op de bezoekersparking

Het parcours is toegankelijk voor mindervaliden en mensen met een buggy



Meer info vind je via
www.azzeno.be/dagvandezorg

Zorg vandaag voor je brein. Voorkom dementie morgen.

Brain Health Clinic in AZ Zeno zet volop in op preventie van dementie

Dementie wordt vaak gezien als een onvermijdelijk gevolg van ouder worden, maar dat beeld klopt niet. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat bijna de helft van de gevallen kan worden voorkomen door tijdig in te grijpen op beïnvloedbare risicofactoren. Met de nieuwe Brain Health Clinic zet AZ Zeno voluit in op preventie: een persoonlijk zorgpad helpt mensen om hun brein zo lang mogelijk gezond en veerkrachtig te houden en op die manier dementie uit te stellen of te voorkomen.



Waarom start AZ Zeno met een Brain Health Clinic?

Dr. Devogelaere: Een grote internationale studie, gepubliceerd in 2024 in The Lancet, toont aan dat bijna de helft van de gevallen van dementie kan worden voorkomen. Gezien het stijgend aantal patiënten met dementie is dit een bijzonder relevante boodschap. Ze toont aan dat preventie geen theorie is, maar een concrete hefboom om mensen langer cognitief gezond te houden. Het traject kadert binnen Zeno2, het preventieplatform van AZ Zeno, waarin het ziekenhuis mensen actief ondersteunt om vandaag te investeren in hun gezondheid van morgen.

Hoe kan je dementie voorkomen?

Dr. Devogelaere: De studie beschrijft 14 beïnvloedbare risicofactoren die samen bepalen hoe vatbaar iemand is voor dementie. Het gaat onder andere over hoge bloeddruk, diabetes, verhoogde cholesterol, gehoorverlies, overgewicht, te weinig beweging en sociale isolatie. Hoe meer factoren aanwezig zijn, hoe groter het risico.

Gehoorverlies blijkt een belangrijke factor te zijn?

Dr. Devogelaere: Absoluut, gehoorverlies is zelfs de belangrijkste van die 14 risicofactoren. Als je minder hoort, krijg je minder prikkels binnen. Dat zorgt ervoor dat bepaalde hersengebieden minder actief worden, wat het risico op cognitieve achteruitgang verhoogt. Hoe ernstiger het gehoorverlies, hoe groter het risico. Daarom is het zo belangrijk om gehoorverlies tijdig aan te pakken.

Hoe ziet een traject in de Brain Health Clinic eruit?

Dr. Devogelaere: We starten met een uitgebreid intakegesprek waarin we polsen naar medische voorgeschiedenis, zorgen en familiale achtergrond, want ook erfelijkheid kan een rol spelen. We meten standaard de bloeddruk, bekijken eventueel bloedwaarden zoals cholesterol en suiker. Waar nodig verwijzen we door, bijvoorbeeld naar een NKO-arts bij gehoorverlies, een oogarts bij slecht zicht, of een beweeg- of voedingscoach. Het doel is de 14 factoren voor de patiënt persoonlijk in kaart te brengen en bij te sturen waar nodig.

Voor wie is deze raadpleging interessant?

Dr. Devogelaere: Bij dementie denk je misschien in de eerste plaats aan een iets oudere doelgroep maar we starten liever een pak vroeger. De grootste winst valt te halen in een levensfase waarin het brein nog bijzonder veerkrachtig is, vaak al vanaf 40 jaar. Hoe vroeger je ingrijpt, hoe meer schade je kan voorkomen.

Wat maakt dit concept uniek?

Dr. Devogelaere: Het is geen gewone consultatie, maar een geïntegreerd zorgpad waarin we nauw samenwerken met andere disciplines. We kijken niet alleen naar het brein, maar ook naar hart- en bloedvaten, levensstijl en mentale prikkeling. Alles hangt samen.

Is het doel om dementie te genezen?

Dr. Devogelaere: Vandaag kunnen we dementie niet genezen. Maar we kunnen het risico sterk verlagen en het ontstaan vaak vele jaren uitstellen, waardoor de ziekte later of zelfs helemaal niet tot ontwikkeling komt. Preventie is hier écht de sleutel.

Infoavond

DINSDAG 24 MAART

Brain health en dementiepreventie

Zorg vandaag voor je brein van morgen

Tijdens deze infoavond belichten twee neurologen het belang van brain health en dementiepreventie, vanuit recente wetenschappelijke inzichten en klinische praktijk.

Dr. Jens Devogelaere, neuroloog in AZ Zeno, licht toe wat brain health precies inhoudt, welke vormen van cognitieve achteruitgang onderscheiden worden en hoe AZ Zeno mensen via de Brain Health Clinic begeleidt in het versterken van hun cognitieve gezondheid en het verlagen van het risico op dementie.

Prof. Dr. Sebastiaan Engelborghs, diensthoofd Neurologie UZ Brussel & Voorzitter van de NEUR-onderzoeksgroep (VUB), gaat dieper in op beïnvloedbare risicofactoren voor dementie en deelt inzichten uit zijn recente boek 'Vergeet dementie', waarin wetenschappelijke evidentie rond preventie en vroege interventie centraal staat.

Praktische info

Dinsdag 24 maart
AZ Zeno Knokke-Heist
19.00 – 20.30 uur

Inschrijven

www.azzeno.be/infoavond
+32 (0)50 535 000



Heb je tot slot nog enkele alledaagse tips voor een gezond brein?

Dr. Devogelaere: Zeker en vast. De basis is zeer eenvoudig: blijf bewegen, blijf leren en blijf verbonden met

anderen. Je brein heeft die prikkels echt nodig om gezond te blijven.

Zeno2 opent zorgpad Sarcopenie

Spierkracht als sleutel tot levenskwaliteit

Naarmate we ouder worden, vragen dagelijkse handelingen meer inspanning. Wat vroeger vanzelf ging, wordt moeilijker: een boodschappentas voelt zwaarder dan anders, een potje opendraaien lukt niet meer zo vlot en de trap opgaan wordt een uitdaging. Veel mensen schrijven het toe aan 'gewoon ouder worden', maar vaak gaan deze klachten gepaard met verlies van spierkracht. "Vanaf je veertigste nemen spierkracht en spiermassa geleidelijk af. Dat proces noemen we sarcopenie," legt revalidatiearts dr. Joris Callens uit. In het nieuwe zorgpad Sarcopenie helpt een paramedisch team je stap voor stap om kracht op te bouwen en je zelfstandigheid te behouden.

Waarom is het belangrijk om sarcopenie tijdig aan te pakken?

Dr. Callens: Sarcopenie heeft een grote impact op de levenskwaliteit en neemt toe met de leeftijd. Minder beweging, hormonale veranderingen, bepaalde aandoeningen en een tekort aan eiwitten spelen daarbij een rol. De stabiliteit vermindert, het risico op vallen en botbreuken stijgt en dagelijkse activiteiten vergen steeds meer energie. Dat leidt vaak tot verlies van zelfstandigheid. Gelukkig kunnen we dit proces afremmen en zelfs omkeren. Ook op latere leeftijd blijft het mogelijk om spiermassa en spierkracht op te bouwen.

Wat kun je eraan doen?

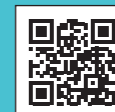
Dr. Callens: In het zorgpad Sarcopenie begeleiden we je om je spieren opnieuw actief en sterk te maken. Je wordt ondersteund door een paramedisch team van revalidatiearts, kinesist en voedingspecialist. We starten met een medische screening, inclusief meting van spierkracht en een bodyscan. Op basis daarvan stellen we een persoonlijk traject op. Vervolgens neem je deel aan begeleidde krachttrainingen, waarbij het hele lichaam wordt getraind: benen, romp, armen en balans. De oefeningen zijn aangepast aan elk niveau, ook voor wie lang niet meer sportte. Groep-

straining zorgt bovendien voor extra motivatie, vertrouwen en plezier.

Welke rol speelt voeding binnen dit zorgpad?

Dr. Callens: Krachttraining alleen is niet voldoende. Ook voeding speelt een cru-

Het zorgpad Sarcopenie werd geopend in de Power Clinic van Zeno2, het preventieplatform van AZ Zeno.



Voor info en afspraken, surf naar azzeno.be/zeno2 of scan de QR code

ciële rol en vooral eiwitten zijn daarbij essentieel. Ze ondersteunen de opbouw van spiermassa en beperken spierverlies tijdens de nacht. De eiwitbehoefte verschilt per persoon, daarom bekijken we dit individueel, rekening houdend met even-

tuele andere aandoeningen zoals diabetes, hartziekten of verteringsklachten. Samen stellen we een haalbaar voedingsplan op dat aansluit bij de training én het dagelijks leven.



“Ook op latere leeftijd blijft het perfect mogelijk om spiermassa en spierkracht op te bouwen en je levenskwaliteit te vergroten.”

Mijn Zeno

Jouw gezondheidsdossier binnen handbereik

Mynexuzhealth is een veilige en gebruiksvriendelijke app en webtoepassing die toegang geeft tot je persoonlijk medisch dossier.

Scan de code en ga meteen aan de slag:



Hoe kan je inloggen?

- Met je elektronische identiteitskaart
- Via itsme@azzeno.be
- Met je nexuzhealth-codekaart. De kaart is er onder andere voor niet-Belgische patiënten en is te verkrijgen aan het onthaal van het ziekenhuis.

Wat vind je terug in mynexuzhealth?

- Geplande afspraken bij de arts
- Verslagen van onderzoeken, scans, raadplegingen, ziekenhuisopnames en laboresultaten.
- Technische verslagen, zoals laboverslagen, elektrocardiogrammen en radiologische beelden
- Openstaande (medicatie)voorschriften
- Mogelijkheid om een nieuwe consultatieafspraak te boeken

Hulp nodig?

Onze digihelpers staan voor je klaar. Je kan op beide campussen terecht aan het infopunt, elke dinsdag tussen 9u en 12u. Op campus Knokke-Heist vind je de digihelpers in de centrale inkomhal. Op campus Blankenberghe zijn zij aanwezig in het lokaal achter het onthaal. Onze digihelpers helpen je stap voor stap met het installeren en gebruiken van de app.



Geïntegreerde aanpak loont

AZ Zeno krijgt internationale erkenning voor trajectbegeleiding van patiënten met osteoporose

Eén op de drie vrouwen boven de vijftig loopt ooit een botbreuk op ten gevolge van osteoporose, bij mannen is dit één op vijf. “Het probleem is dat de ziekte vaak pas ontdekt wordt na een breuk,” zegt dr. Claire Debusschere, diensthoofd reumatologie bij AZ Zeno. “En dan is de impact op het dagelijks leven groot. Een heup- of wervelbreuk kan leiden tot langdurige immobiliteit, verlies aan zelfredzaamheid en chronische pijn.”

Wat is osteoporose precies?

Osteoporose is een botziekte waarbij de botdichtheid afneemt en de botstructuur verzwakt. “Het bot wordt letterlijk poreuzer en breekt daardoor sneller,” legt dr. Debusschere uit. “Dat proces verloopt meestal geleidelijk en pijnloos, waardoor osteoporose een ‘stille ziekte’ is.” Vaak zijn het pas breuken na een lichte val of zelfs zonder duidelijk trauma die het probleem aan het licht brengen.

Wie loopt een verhoogd risico?

Door hormonale veranderingen neemt het risico op osteoporose toe na de menopauze. In de overgang daalt de oestrogenspiegel, waardoor botafbreken-

de cellen zich actiever gaan gedragen. “Dat maakt vrouwen in de menopauze een belangrijke risicogroep,” zegt dr. Carton. “Zeker ook vrouwen die vroege in de menopauze komen, laten zich best preventief screenen, nog vóór er klachten optreden.”

Maar osteoporose beperkt zich niet tot vrouwen. Ook bij mannen kan botontkalking voorkomen, bijvoorbeeld in combinatie met chronische aandoeningen, langdurig gebruik van bepaalde medicatie zoals cortisone of plots gewichtsverlies.

Screening en vroegtijdige opsporing

“AZ Zeno zet als expertisecentrum sterk in op preventie en vroegtijdige opspo-

ring,” zegt dr. Lefevre. “De botdensitometrie gebeurt op de dienst zelf, zowel op campus Knokke-Heist als Blankenberge. Het onderzoek duurt niet langer dan 10 minuten. Meteen daarna krijgt de patiënt behandeladvies van de arts.”

“Gelukkig bestaat er goed werkende medicatie om de botsterkte te verbeteren. Er zijn medicijnen die de botafbraak remmen, en anderzijds nieuwe botaanmaak stimuleren. Dankzij deze medicatie kunnen we het risico op breuken fors verlagen.” Daarnaast is ook levensstijl belangrijk. “Niet roken en voldoende bewegen helpen om de botkwaliteit zo goed mogelijk te behouden,” benadrukt dr. Carton. “Maar screening blijft essentieel, omdat osteoporose vaak geen waarschuwingssignalen geeft.”

Dankzij die geïntegreerde aanpak kreeg de dienst als één van de weinige ziekenhuizen in België een internationale erkenning van de International Osteoporosis Foundation voor de trajectbegeleiding van patiënten met osteoporose. “Dat bevestigt dat we inzetten op kwalitatieve zorg,” vult dr. Debusschere aan. “Ook de

In AZ Zeno kan je terecht bij drie reumatologen voor advies, screening en behandeling van osteoporose en andere reumatische aandoeningen.



Consultaties zijn mogelijk op campus Knokke-Heist, Blankenberge en Maldegem.



v.l.n.r. dr. Cedric Lefevre,
dr. Claire Debusschere,
dr. Charlotte Carton

Volg AZ Zeno op sociale media



algemeenziekenhuiszeno



botdensitometrie



Wil je graag op de hoogte blijven van het meest actuele AZ Zeno nieuws?

Schrijf je in op onze digitale nieuwsbrief **AZ Zeno Pulse** en blijf geïnformeerd over nieuwe artsen en consultatiemogelijkheden, medische innovaties, en geplande infosessies voor patiënten.

www.azzeno.be/nieuwsbrief



Colofon

Redactie

Britt Demeulemeester, AZ Zeno
Julie De Waele, AZ Zeno
Gillian Stofferis, AZ Zeno

Fotografie

Paul Gheyle
AZ Zeno

Opmaak en druk

Verdographics, Knokke-Heist

Verantwoordelijke uitgever

Patrice Buyck,
algemeen directeur AZ Zeno,
Kalvekeetdijk 260,
8300 Knokke-Heist

Met dank aan iedereen die heeft meegewerkt aan deze infokrant.

