

# Wat zit er in de dokterstas van een AIOS huisartsgeneeskunde? \*

Gefeliciteerd, je gaat beginnen aan de huisartsopleiding!

Vanaf nu heb je ook eigen medische instrumenten nodig, maar welke? Wij als LOVAH hebben geprobeerd je hierbij op weg te helpen door onze eigen ervaringen. Je opleider weet dat jij niet vanaf dag 1 eigen spullen zult hebben. Vaak kun je tijdelijk even wat lenen van de praktijk. Tijdens de instrumentenmarkt in Maastricht is Mediq aanwezig met medische instrumenten en zijn er verschillende leveranciers van tassen.

Hier kun je alle spullen bekijken, voelen en vergelijken. Bestel daarna z.s.m. hetgeen je graag wenst. Kijk gerust al eens op: <https://pluspunt.mediqmedeco.nl/studenten>,

Bedenk bij de aanschaf van alle spullen goed dat het gaat om een lange termijn investering. Je krijgt van je werkgever (de SBOH) maandelijks €25 “vergoeding instrumenten” extra bij je loon, gedurende 3 jaar opleiding is dit dus €900,-. Gelukkig zijn deze gemaakte studiekosten wel aftrekbaar van de belastingen in het jaar van aanschaf.

## 1: Stethoscoop

Je meest gebruikte medisch hulpmiddel als huisarts, koop er een die je prettig vindt in gebruik (bv. Littmann Cardiology IV Stethoscoop heeft ook een kleine pediatrische zijde).

## 4: Saturatiemeter

- Verkrijgbaar in diverse modellen en prijzen (€25 - €125)
  - Kies een geïkht apparaat dat minimaal polsfrequentie en saturatie meet.
- Kies bij voorkeur een met curve of gekleurd lampje die de kwaliteit van de pulse aangeeft.

## 2: Bloeddrukmeter

Kies bij voorkeur een handmatige bloeddrukmeter met draai- of drukventiel (bv. van Heine of Welch Allyn).  
Extra bloeddrukbanden (kind/ obees) zijn vaak in praktijk aanwezig.

## 5: Thermometer

Koop een digitale oorthermometer. Kies een merk/type naar eigen voorkeur (bv. Braun ThermoScan7 IRT 6520, werkt ook nauwkeurig bij baby's). Koop geen Braun disposable plastic tips, deze liggen (meestal) in de praktijk.

## 3: Otoscoop + Ophthalmoscoop (Diagnostische set)

De meeste AIOS kiezen: Heine Beta 400/ K180 (metaal) of de Welch Allyn Prestige 3,5V (kunststof).  
Tip: Koop geen losse oortips, deze liggen in de praktijk. (Dit is je duurste maar beste lange termijn investering.)

## 6: Glucose meter

Meestal niet nodig om zelf aan te schaffen. Vraag je huisarts welke ze gebruiken, vaak kun je er een (in bruikleen) krijgen.



## 7: Ampullen etui

Het is aan te raden een eigen ampullen etui aan te schaffen. Zie hieronder het ampullen overzicht van NHG, overleg met je opleider welke ampullen voor jou zinvol zijn om te hebben. Meestal krijg je ze kosteloos in bruikleen.

Bij ampul gebruik, geef dit door aan de assistente, deze declareert en regelt een nieuwe.

Veel AIOS vinden een harde ampullen etui prettig.

- Ampullen overzicht NHG:

[https://www.nhg.org/sites/default/files/content/nhg\\_org/uploads/file0d2b.pdf](https://www.nhg.org/sites/default/files/content/nhg_org/uploads/file0d2b.pdf)

- Spoed medicaties NHG:

[https://www.nhg.org/sites/default/files/content/nhg\\_org/uploads/ftg\\_geneesmiddelen\\_en\\_zuurstof\\_in\\_spoedeisende\\_situaties\\_2017\\_0.pdf](https://www.nhg.org/sites/default/files/content/nhg_org/uploads/ftg_geneesmiddelen_en_zuurstof_in_spoedeisende_situaties_2017_0.pdf)



## 8: Beademingsmasker

Het masker voorkomt direct contact met de mond, neus en het gezicht van de patiënt tijdens een reanimatie. Of gebruik een beademingsdoekje.

De 'kiss of life' is handig om aan je sleutelbos toe te voegen.

## 11: Diversen:

- Meetlint (bv. voor het opmeten van kuit- of buikomvang).
- Handdesinfectie (bv. voor na een visite).
- Handschoenen, pleisters, gaasje, verband, schaar (voor wondzorg).
- Mayo tubes (guedel): volgens AIOS niet nuttig, gebruik zo nodig head tilt-chin lift/jaw thrust
- Naalden en spuiten (voor het gebruik van ampullen).
- Pen en papier (voor ABCDE overdracht AMBU/SEH).
- Penlight (voor pupilonderzoek)
- Reflexhamer en stemvork. (512Hz voor Rinne/Weber, lagere frequenties voor sensibiliteitsonderzoek)
- Tongspatel

## 9: Stuwband

Kost bijna niets (verschillende soorten), maar fijn om te hebben tijdens een spoedvisite.

## 10. Naaldcontainer

Ruim je naalden na gebruik (op locatie) veilig op in je tas in een kleine naaldcontainer (kosten €2- €3)

## 12: Last but not least: de Dokterstas zelf

Kies een tas die bij jou past. Ze zijn er in alle maten, kleuren en stoffen. Op de instrumentenmarkt staan de twee onderstaande aanbieders, kijk, voel en vergelijk.

Kijk vast op: <https://dokterstassen.nl> of op <https://www.altijdietsmoois.nl> → Lifestyle → dokterstassen van Van Veer (<https://vanveer.com>)



\*dit document is door LOVAH Maastricht opgesteld om nieuwe AIOS een stuk op weg te helpen in het beslissen welke medische instrumenten nuttig zijn, dit is geen verplichte lijst. Dit document is onafhankelijk van enige partner in de industrie opgesteld en zonder enige vorm van belangenverstrengeling. Aan dit document kunnen geen rechten worden ontleend. Drukfouten voorbehouden. DD. 01-06-2022.