

Wat zit er in de dokterstas van een AIOS? *

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 kan 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 een model dat jij prettig vindt in gebruik.
- De Littmann Cardiology IV Stethoscoop heeft bv. ook een kleine pediatrische zijde.



2. Bloeddrukmeter

- Kies bij voorkeur een handmatige bloeddrukmeter met draai of drukventiel.
- De twee meest gekozen merken: Heine en Welch Allyn.
- Probeer op de instrumentenmarkt zelf uit welke versie je fijn vindt.
- Extra bloeddrukbanden (kind/ obees) zijn vaak in praktijk aanwezig.



3. Otoscoop + Ophthalmoscoop (Diagnostische set)

- De meeste HAIO's 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.



4. Saturatiemeter

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



5. Thermometer

- Koop een digitale oor thermometer. Kies een merk/ type naar eigen voorkeur.
- Veel HAIO's hebben een Braun, bv. ThermoScan7 IRT 6520, werkt ook nauwkeurig bij baby's.
- Koop geen Braun disposable plastic tips, deze liggen (meestal) in de praktijk.
- Tip: koop bv. deze ThermoScan7 IRT 6520 online op Bol.com voor €44,95*



*dit document is door LOVAH Maastricht opgesteld om nieuwe HAIO's 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. 01-01-2020.

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

- Spoed medicaties NHG:

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.



9. Stuwband

- Kost bijna niets (verschillende soorten) wel fijn om te hebben mocht je in een spoed situatie een infuusnaald moeten prikken.



10. Naaldcontainer

- Ruim je naalden na gebruik (op locatie) veilig op in je tas in een kleine naaldcontainer €1- €2

11. Diversen:

- Centimeter: handig voor het opmeten van kuit- of buikomvang.
- Handdesinfectie: fijn om een klein flesje in je tas te hebben voor na een visite.
- Handschoenen, pleisters, gaasje, verband, schaar: handig voor wonden.
- Mayo tubes (guedel): volgens HAIO's niet nuttig, gebruik zo nodig head tilt-chin lift/jaw thrust
- Naalden en spuiten: handig als je je ampul ook daadwerkelijk wilt gebruiken 😊
- Pen en papier: voor schrijven ABCD overdracht AMBU/ SEH.
- Penlight: beoordelen pupillen, neus, keel. Hiervoor kan je ook je otoscoop gebruiken.
- Reflexhamer en stemvork: voor neurologisch onderzoek, waarschijnlijk al in je bezit.
- Tongspatel: voor beoordelen keel.
- Urine potje en setje dipsticks: krijg je meestal van praktijk.



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 HAIO's 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. 01-01-2020.