

**Van:** GezondMail nieuwsbrief <mailinglist@socmut.be>  
**Aan:** veerle.solia@amsab.be  
**Datum:** 12/23/2010 11:00 AM  
**Onderwerp:** Feestgerechten - teelbalontsteking - geslachtsziekten - diabetesvoet

[Lees deze nieuwsbrief ook online - klik hier.](#)

december 2010 - de gezondheidsnieuwsbrief van de Socialistische Mutualiteiten

### Teelbalontsteking

Wanneer een bijbal en/of teelbal ontsteekt door infectie met een ziektekiem is dat meestal erg pijnlijk, maar niet levensgevaarlijk. De ontsteking moet wel behandeld worden.

>> [Lees meer.](#)

### Geslachtsziekten of SOA's

Zin in avontuurtjes met de eindejaarsfeesten? Neem je voorzorgen en bescherm jezelf tegen verschillende seksueel overdraagbare aandoeningen (SOA).

>> [Lees meer.](#)

### Hoeveel stappen wij?

Beseffen we hoeveel we stappen en is dit genoeg? Bij welke activiteiten stappen we meer en stimuleert een stappenteller? Lees het antwoord in de enquête van Gezondweb.

>> [Lees meer.](#)

### Diabetesvoet

Weet je dat je suikerziekte hebt, dan kan je zelf veel doen om een diabetische voet te voorkomen of te vermijden dat een klein voetprobleem groot wordt.

>> [Lees meer.](#)

### Feestgerechten (on)gezond?

Zijn de typische feestgerechten zoals foie gras, zalm, kreeft, oesters en dergelijke wel of niet gezond? De webdiëtiste beoordeelt verschillende gerechten.

>> [Lees meer](#)

Deze nieuwsbrief geeft enkel algemene informatie en mag niet worden gebruikt ter vervanging van het medisch advies van je huisarts of gezondheidsspecialist.

deze mail werd gestuurd aan [veerle.solia@amsab.be](mailto:veerle.solia@amsab.be)  
[Schrijf je hier in.](#) Wil je deze nieuwsbrief niet meer ontvangen? [Schrijf je hier uit.](#)

\*\*\*\*\*

This e-mail and any files transmitted with it are confidential and intended solely for the use of the individual or entity to whom they are addressed.

If you have received this e-mail in error,

please notify the sender or the [postmaster@socmut.be](mailto:postmaster@socmut.be)

\*\*\*\*\*

Visitez notre site internet : <http://www.mutsoc.be>

Bezoek onze website : <http://www.socmut.be>

\*\*\*\*\*