

'Geen inzet is hetzelfde'

Hospices bieden steeds vaker terminale zorg aan huis

Thuis sterven in de eigen vertrouwde omgeving: met hulp van familie en vrienden is het soms mogelijk. Ook bieden verschillende hospices in het land terminale zorg aan huis. Toch is dit nog niet zo bekend. En dat is jammer, vinden Karin van Vugt en Tineke den Haak van Hospice Gorinchem.

Marianne van de Werken



■ Vrijwilliger Tineke den Haak van Hospice Gorinchem.

Wie uitbehandeld is, kan bij Hospice Gorinchem al vragen om een vrijwilliger die thuis langskomt. „En dat is ook meteen het belangrijkste verschil met naar het hospice gaan”, legt coördinator Karin van Vugt uit. „Als je naar het hospice gaat, is je levensverwachting nog maximaal drie maanden. Bij de thuiszorg kan die best langer zijn. Hoe eerder mensen ons erbij betrekken, hoe langer een mantelzorgers de zorg kan volhouden.”

THUISINZET ONBEKEND In de gesprekken die Karin met de cliënten of de familieleden voert, zeggen mensen vaak dat ze achteraf wilden dat ze veel eerder de hulp hadden ingeroepen. „Als ze met ons bellen, staat het water ze soms al aan de lippen. Thuisblijven

is dan al bijna geen optie meer, omdat de verzorgende aan het eind van zijn of haar Latijn is. Dat moment wil je voorkomen.” Vrijwilliger Tineke den Haak merkt aan de hoeveelheid inzetten op jaarbasis ook dat de thuiszorg nog best onbekend is. „Als ik een tijdje bij iemand ben geweest en die persoon overlijdt, dan is het niet zo dat ik een week later naar een volgend adres ga. Ik denk dat dit komt omdat mensen niet weten dat ik besta. Mijn inzet kan ervoor zorgen dat iemand in de eigen omgeving kan blijven. Dat je het wél volhoudt met elkaar.” In de tijd dat de vrijwilliger bij de cliënt thuis is, krijgt de mantelzorgers de gelegenheid om iets voor zichzelf te doen. „Dat kan variëren van rustig de boodschappen doen tot sporten, een boek lezen of een paar uur slapen”, vertelt Karin. „Als je 's nachts vaak je bed uit

moet, dan kan vier uur achter elkaar slapen best lekker zijn. Soms denken mensen dat ze, in de tijd dat wij er zijn, verplicht de boodschappen moeten doen of dingen met de dokter moeten regelen. Dat kan, maar het is geen verplichting. We moedigen mensen aan om de tijd vooral zo in te vullen, zoals ze dat zelf graag willen.”

” *Mensen zien het soms als iets heel zwaars en sombers wat ik doe, maar zo zie ik het niet*

Het hospice in Gorinchem biedt de thuiszorg aan tussen 7.00 uur en 23.00 uur. „We starten met een dagdeel per week en als het slechter met iemand gaat, kunnen we dat uitbreiden met een tweede dagdeel. 's Nachts bij iemand waken doen we niet. Overdag kan het wel voorkomen dat onze vrijwilligers bij iemand waken.” Als een cliënt veel slaapt, kan er vanuit de mantelzorgers ook behoefte zijn om met de vrijwilliger te praten of om advies te vragen. „Onze vrijwilligers weten natuurlijk veel van de zorg, dus ze kunnen tips geven over de verzorging. We hebben ook weleens een thuiszorg gehad bij een man waarvan de vrouw dan maar twee uur wegging. Dan kwam ze terug met iets lekkers en dan ging ze met de vrijwilliger koffiedrinken en bijpraten. Ze vond het lastig om bepaalde dingen met haar kinderen te bespreken, maar kon zo wel haar verhaal kwijt. Ook daarvoor zijn onze vrijwilligers heel waardevol.” De thuiszorg die Tineke het meest is bijgebleven, is bij een alleenstaande man van achterin de veertig. „Ik kwam daar eind november en de verwachting was dat hij

de kerst niet zou halen. Het duurde zeven maanden voor hij overleed. Als je ergens zolang komt, dan bouw je een band op met de familie. Hij werd bij zijn zus in huis verpleegd. Omdat hij het niet meer aankon, kon zijn zus haar eigen kleinkinderen niet meer thuis ontvangen. Op het laatste besloten ze dat het thuis niet meer vol te houden was en hij ging alsnog naar een hospice. Ik had daar zo'n rotgevoel bij. Niet omdat hij naar een hospice ging, want de zorg is daar net zo goed warm en liefdevol, maar omdat we het voor mijn gevoel niet goed konden afronden.” Tineke valt even stil en raakt zichtbaar geëmotioneerd. „Deze meneer had altijd aan zee gewoond. Destijds bestond Stichting Ambulancewens nog niet, maar het ambulancepersoneel regelde dat ze hem nog een keer de zee bij Scheveningen konden laten zien.” Tineke slikt. „Dat maakte het voor mij toch weer een beetje goed. Twee dagen later overleed hij. Dat hem dit gegund was, vind ik nog steeds heel mooi.”

KLEINE DINGEN Geen inzet is hetzelfde, en dat spreekt Tineke juist zo aan in de begeleiding bij mensen thuis. „Natuurlijk is het spannend als je naar een nieuwe cliënt gaat. Ik benoem ook altijd dat ze het kunnen zeggen als het niet goed voelt. Je wilt de laatste weken niet iemand aan je bed waarmee het niet klikt. Mensen zien het soms als iets heel zwaars en sombers wat ik doe, maar zo zie ik het niet. Natuurlijk heerst er verdriet, maar meestal zijn ze ook al wel een poosje gewend aan het idee van de naderende dood. Dan kunnen ze ook genieten van kleine dingen thuis en dan kan het ook een mooie tijd zijn. Als ik daar mijn steentje aan bij kan dragen, dan geeft me dat een goed gevoel.”

Op de website van Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (vptz.nl) kunnen belangstellenden per woonplaats zien of er mogelijkheden zijn voor thuisbegeleiding vanuit een hospice.



■ Thuisbegeleiding vanuit een hospice.