

# Sterven in een bed vol liefde

Tante Tini is ver in de negentig, bedlegerig en in haar laatste levensfase. Ze woont in een kleinschalige woongroep voor dementerende ouderen. Hoe stellen verzorgenden de kwaliteit van leven van bewoners als tante Tini centraal in de laatste levensfase?

TEKST EN FOTO: IRENE MULLER-SCHOOF

**H**alka Dekker en Karin Veldhoen werken op Hofje 6 van Humanitas Bergweg Rotterdam. Ze zorgen voor zeven van de in totaal negenentwintig mensen met dementie. Halka is persoonlijk begeleider en werkt al dertig jaar in het vak. Karin startte als leerling bij Humanitas en is na haar diplomering gebleven. Op de Hofjes werken de zorgprofessionals zeer cliëntgericht. Ze proberen zo goed mogelijk het gedrag en de wensen van de bewoners te begrijpen en daarop in te spelen. Dit zie je ook terug in de manier van stervensbegeleiding. Wanneer de laatste levensfase van een bewoner aanbreekt zetten de zorgteams een 'love, tender and care'-beleid in, in samenwerking met de verpleeghuisarts, de familie en indien nodig ook met de psycholoog en de ergotherapeut.

## EMOTIES AFLEZEN IN OGEN

Het 'love, tender and care'-beleid houdt in dat alle zorg wordt ingericht op het welzijn van de bewoner. Soms betekent dit ook extra maatregelen op zintuiglijk gebied, zoals zorgen voor zacht schemerlicht, rustgevende muziek of een vertrouwde geur. De bewoner wordt daarnaast zo min mogelijk lastiggevallen met handelingen die in de laatste levensfase hun waarde hebben verloren. Denk

aan een gewichtscntrole of bloeddrukmeting. Pijn en onrust worden meestal bestreden met morfine in combinatie met dornicum.

De zorgmedewerkers bieden meerdere keren per dag kleine hoeveelheden eten en drinken aan en bij weigering accepteren ze dit; ze dringen nooit aan. Bij mensen met dementie is het de grote kunst om aan signalen af te lezen hoe het met de stervende gaat en wat wel of niet gewenst is, want vaak kunnen ze niet meer praten. Halka: 'Je kunt veel aflezen aan iemands ogen, bepaalde emoties zoals angst, onrust, tevredenheid of berusting. Ook uit de manier waarop mensen je vastpakken, kun je veel opmaken.'

## OPEN CONTACT MANTELZORGERS

De zorgmedewerkers op het Hofje hebben een open contact met de mantelzorgers. Als het zorgteam denkt dat de laatste fase van een bewoner is aangebroken, bespreekt het zijn observaties met de mantelzorgers om hen mee te nemen in het stervensproces. 'Ik zie een rustige blik in de ogen van uw vader waardoor ik denk dat hij nu niet lijdt, ziet u dat ook?' Het deskundige oordeel van de zorgmedewerkers is van grote waarde voor de naasten, het geeft ze rust. 'Sterven moet mogen', zegt Halka. 'We benoemen wat we zien aan spanning, mimiek, gloed of signalen van het lichaam. We ken-

nen de bewoners vaak goed en zien kleine veranderingen. Wij bieden de naasten onze observaties en deskundigheid.'

## TANTE TINI

Een bijzondere bewoonster van het Hofje is tante Tini, een prachtige dame van in de negentig. Zij heeft een kleurrijk leven achter de rug, is vrijgezel gebleven en werkte in een chique Rotterdams warenhuis. Ze heeft geen kinderen, maar wel naaste familie. In overleg werd drie jaar geleden het 'love, tender and care'-beleid voor haar gestart toen ze bedlegerig en ernstig ziek werd en haar laatste fase leek in te gaan. Het zorgteam stopte met de hartmedicatie en de overbodig geworden medische handelingen. Wonder boven wonder reageerde tante Tini hier zo goed op dat ze al drie jaar van deze zorg geniet. Haar lichaam is inmiddels wel flink geslonken en lijkt bijna transparant, maar ze ligt er prachtig bij met een rustige blik. Ze maakt tevreden geluidjes, geeft kusjes en lacht een stralende lach. De zorgmomenten worden tot een minimum beperkt, want die vindt ze niet fijn. Wanneer de nagels toch echt moeten worden geknipt kriebelt Karin ter afleiding





Tante Tini is ver in de negentig, bedlegerig en in haar laatste levensfase.  
Op de foto staat ze met persoonlijk begeleider Halka Dekker en verzorgende Karin Veldhoen.

tante Tini zachtjes op haar hoofd, terwijl Halka snel de handelingen doet die nodig zijn. Halka lachend: 'Behalve op dit soort momenten geniet tante Tini nog enorm, ze wil vast de honderd halen!'

### **EEN SPAANSE HEER**

Als leerling maakte Karin haar eerste stervende bewoner mee en dat maakte diepe indruk. 'Het betrof een Spaanse heer met veel onrust in zijn lijf, waarmee het bovendien moeilijk communiceren was vanwege de taal. Hij was stervende en Halka en ik stonden hem in zijn laatste uren bij. Op een gegeven moment wilde ik de hand van meneer vasthouden om hem gerust te stellen tijdens zijn stervensproces. Toen zag ik dat Halka nee schudde. Zij schatte in dat mijn aanraking het hem juist moeilijker zou maken.

Het was zo bijzonder, ik leerde toen dat je iemand letterlijk kunt loslaten.' Een collega die geen dienst had, was die ochtend toch naar het Hofje gekomen. Ze voelde aan dat het die morgen ging gebeuren en wilde erbij zijn. Ze waren stil aanwezig en zagen dat hij heel rustig het leven uitgleed. Nadat meneer zijn laatste adem had uitgeblazen, stonden ze gedrieën nog een tijdje heel rustig rond zijn bed om ook hun eigen emoties een plek te geven.

### **INTIEM STERVENSPROCES**

Wat het stervensproces van deze Spaanse meneer ook tot een bijzondere ervaring maakte was de reactie van de andere bewoners op zijn sterven. Het zorgteam had de medebewoners van het Hofje laten weten dat het niet goed met hem ging.

Het leek wel of ze diep vanbinnen begrepen wat er aan de hand was. Ondanks de onrust van het heen en weer lopen naar de opiatenkast hielden ze zich kalm en op de achtergrond. Op een woongroep nemen bewoners soms de dynamiek over, maar die dag leek er begrip te bestaan: nu even niet.

Halka, Karin en hun collega's willen hun bewoners zo waardig mogelijk laten sterven. Ze luisteren zo goed als het kan naar de signalen van de bewoners en hun naasten en werken collegiaal goed samen. Open en eerlijk communiceren en je kunnen verplaatsen in de ander zijn hierbij noodzakelijk. Karin: 'Bij kleinschalig wonen is het stervensproces heel intiem. Wij zijn er dankbaar voor dat we bewoners met warme zorg vredig kunnen laten sterven.' ■