



palliatieve zorg
noord-west
vlaanderen

Handvatten i.v.m. afscheid nemen

Griet Gobyn

31/3/2020

Heidehuis vzw – Palliatief Netwerk N.W.-Vlaanderen
Fazantendreef 11 – 8200 Sint-Michiels

www.heidehuis.be – info@heidehuis.be
KBO 0434 135 970 – RPR Gent, afdeling Brugge



palliatieve zorg
noord-west
vlaanderen

Inhoud

- 1. gesprekken met terminale patiënten
- 2. familie die geen afscheid kan nemen
- 3. familie die afscheid kan nemen
- 4. omgaan met kinderen/kleinkinderen



palliatieve zorg
noord-west
vlaanderen

Gesprek(ken) met terminale patiënten

- Afhankelijk van bewustzijnstoestand van patiënt
- Afhankelijk van comfort van patiënt
- Afhankelijk van wat patiënt aankan/toelaat

‘waarheidsgesprek’

- Bespreek het naderend sterven:
 - Toets wat patiënt al weet/voelt over zijn toestand
 - Luisterfase kort houden => niet rond de pot draaien
 - Oog voor non-verbale reacties van patiënt (indien face-to-face)
 - Straal betrokkenheid en begrip uit
 - Kort en bondig
 - Zo weinig mogelijk jargon
 - Niet verbloemen, ernst van situatie duidelijk maken en durven benoemen
 - Wees ook van in het begin eerlijk en duidelijk

- Exploreer de gedachten en de emoties van de patiënt
- Deze CONTAINEN (onze onmacht raakt aan de onmacht van de patiënt (en die van de familie), is een verbindende factor)
- ZIJN >>> DOEN:ZIJN: als persoon, als mens: attitude: grondhouding
 - Via emotionele en existentiële betrokkenheid en communicatie
 - Acceptatie, echtheid, inleving
 - Respectvol de ander zien en horen
 - Openheid voor het verhaal en de betekenis ervan
 - NABIJHEID noodzakelijk

(Doods)ANGST (bron = Goedele van Edom)

- Bevraag actief (doods)ANGST,
 - Vb 'moest ik in uw situatie zijn, dan zou me dat bang maken, is dat voor u ook zo'
- Niet toedekken of meteen willen veranderen
- Normaliseren, erkennen en herkennen
- Vertaalt zich soms in kwaadheid (= primaire emotie), angst (= secundaire emotie)

Soorten 'doodsangst'

- Bezorgdheid om achterblijvers
- Vrees voor verstikking of een erge dood
- Vrees om levend begraven te worden
- Vrees om vergeten te worden
- Vrees voor wat komt na dit leven
- Vrees om alleen te sterven
- Vrees dat dingen niet meer uitgesproken kunnen worden (~ existentiële pijn)
- ...

- Probeer angst concreet te maken, exploreer goed, waarvoor zijn mensen bang?
=> algemene angst opdelen in concrete vrezen = meer hanteerbaar en beheersbaar
- *“ de een is bang voor pijn, de ander om zijn familie los te laten, kan u mij vertellen waarvoor u juist bang bent? “*
- Voldoende doorvragen, voldoende exploreren vb *“wat bedoel je als je zegt dat je bang bent voor... heb je dat al eerder meegemaakt bij een familielid? “*

- Mobiliseer krachtbronnen:

*“Ben je ooit al eens zo bang geweest als nu?” “En was er toen iets dat jou kon helpen?”
of “Ken je iemand die diezelfde vrees ooit heeft gehad, wat heeft die persoon toen geholpen?”*

- Sociale steun, relaxatie, geloof, een tekst, visualisatie, ademhalingsoefeningen, nabijheid van iemand,
- Eventueel samen zoeken naar kostbare herinneringen om na te laten.... (wij kunnen die dan neerpennen of opnemen en ervoor zorgen dat ze bij het nageslacht terecht komen)
- In sommige zaken kunnen we patiënten ook gerust stellen, maar maak geen valse beloftes

Afscheid nemen

- Bevraag of ze nog iets willen doen naar belangrijke anderen ivm afscheid nemen
- Denk mee na met hen
 - Moet er nog iets uitgeklaard/uitgesproken/doorgesproken worden (~existentiële pijn)
 - Willen ze nog iets schrijven of ons iets laten schrijven
 - Willen ze nog iets doorgeven
 - Moet er nog iemand op bezoek komen
 - Of 'virtueel afscheid' via filmpje, of videocalling
 - Bereid mee voor, wat wil de persoon zeker nog gezegd krijgen?
- Forceer niks maar weet dat afscheid nemen helpend is voor het rouwproces van de nabestaanden! (eventueel dit ook benoemen)
- Zeggen dat familie aan hen denkt en graag nabij wil zijn tijdens stervensfase van patiënt, eventueel foto's heel dichtbij plaatsen



palliatieve zorg
noord-west
vlaanderen

Spirituele en existentiële thema's?!

- Komen misschien ook aan bod

Spirituele ≠ Existentiële zorg

- **Existentieel**
- = bijv. naamw. : die of dat verband houdt met het bestaan
- Niveau van zingeving, opmaken van een levensbalans, reconstructie van het levensverhaal, zich al dan niet kunnen verzoenen met het geleefde leven, ...
- Het gaat over het leven HIER en NU
- Zoals we allemaal kunnen waarnemen met onze vijf zintuigen
- Thema's waarover eensgezindheid bestaat over de verschillende levensbeschouwingen heen.

- Mooie herinneringen laten vertellen/neerschrijven
- Exploreren of er nog zaken moeten uitgesproken worden/uitgeklaard worden met belangrijke anderen, want conflicten kunnen op sterfbed voor existentiële pijn zorgen en zijn voor de nabestaanden nefast voor hun rouwproces 'un-finished business' (Neimeyer)

- **Spiritueel:**
- Spiritualiteit heeft in de breedste zin te maken met zaken die de geest (Latijn spiritus) betreffen. Het woord wordt op vele manieren gebruikt en kan te maken hebben met religie of bovennatuurlijke krachten, maar de nadruk ligt op de persoonlijke innerlijke ervaring
- “glad ijs”
- Niet voor de hand liggende thema’s, waar verschillende visies over bestaan, vb bestaan we alleen uit materie of zit er ook iets in ons dat van een heel andere orde is, vb een ziel? Is er nog leven na de dood?
- Hebben betrekking op een mogelijk ‘andere wereld’, voorbij deze materiële wereld



palliatieve zorg
noord-west
vlaanderen

- Onvoorwaardelijke acceptatie van beleving/visie/overtuiging van de patiënt en zijn familie
- open
- respectvol

Geraakt worden

- Hulpverleners kunnen geraakt worden hierdoor!
- Emotionele gesprekken
- Of intense afscheidsmomenten
- Is normaal en het mag ook opgemerkt worden door patiënt en/of familie
(zolang zij niet ons moeten beginnen troosten ;-)

ZELFZORG!!!

Omgaan met familie die afscheid gaat nemen van een terminale patiënt

- Bij een naderend overlijden van een familielid zijn mensen een stuk in crisis
 - Vallen terug op automatische piloot, denken NIET na over het gedrag, doen gewoon....
 - Hun gedrag dan is NIET intentioneel, niet gericht, niet met een bedoeling
- Vaak is het ziek worden en sterven van een dierbare relatief onbekend terrein => zet mensen onder druk
- Ze hebben maar 1 kans om het goed te doen => drukt stijgt nog

- Bereid hen goed voor op wat ze zullen te zien krijgen, grondig informeren
- Ervaren ook veel onmacht (= gemeenschappelijke factor!)
- Laat hen ventileren, op verhaal komen, zullen mogelijks veel hetzelfde herhalen, details laten vertellen
- Containen, er zijn, niet willen oplossen
- Stiltes mogen, laat ze, zijn vaak significant, eventueel gaan bevragen

Omgaan met familie die geen afscheid kan nemen

- Zie alles hierboven
- Zorgen dat ze een verhaal krijgen rond het overlijden (dat personeel kan vertellen hoe dit gelopen is)
 - (bij voorkeur sterft niemand alleen en verloopt dit rustig en sereen, als we aan familie kunnen vertellen dat mensen rustig zijn gestorven en niet alleen waren kan dit voor wat gemoedsrust zorgen)
- Gedetailleerd laten vertellen hoe ze het nieuws kregen, waar ze waren, hoe alles is verlopen
- Zullen misschien vaak hetzelfde vertellen

Waardig afscheid nemen van op afstand (bron Lies Scaut)

- Wijzen op andere vormen van verbinding
- Onzichtbare banden, naar harten die verbonden zijn over afstand heen
- Focus je aandacht zoveel mogelijk op die verbinding die er altijd is
- Indien mogelijk: telefonisch of video-contact
- Foto's van belangrijke anderen bezorgen aan patiënten en team vragen om die zichtbaar op te hangen
- Boodschap inspreken op de gsm van patiënt (kan dan zoveel luisteren als die wil en wanneer die wil) en in stervensfase kan hulpverlener dit laten afspelen
- Vraag aan VPK om foto's heel dichtbij te leggen/plaatsen als personen stervend zijn en dat ze dit ook vertellen aan de patiënt
- Foto's maken voor familie (voor en na overlijden)
- Tip aan familieleden die mekaar nu ook niet kunnen zien, dat ze op zelfde tijdstip zelfde ritueel thuis uitvoeren (vb kaars aansteken of lievelingslied opleggen of...

- Kijken of er iets is dat ze nog kunnen meegeven (naast foto, knuffel, dekentje, ...)

Ons dekentje is

Altijd 'wij'

ook al is het nu

Ik hier en daar jij

Samen

blijven wij

Innig, enig,

Onder ons dekentje

Ik en jij

Omgaan met kinderen en kleinkinderen

- Behoeden, weghouden van pijn en lijden = ouderlijke reflex
- Helpend?
 - of maken we hen net weerbaarder door moeilijke momenten met hen te delen.
- Recht op informatie

- Kinderen pikken veel meer op dan we denken, ook al vertellen we niet letterlijk
- Graag waarheid vertellen MAAR afgestemd op het niveau van het kind

Risico: afschermen ipv beschermen:

-nood aan controle/magisch denken

- levendige fantasie

-egocentrisme

=> hun invulling wordt soms nog veel erger dan de waarheid

- Spreken over gevoelens <-> taboe
- Eigen gevoelens mogen getoond worden = spiegel

Slecht nieuws gesprek bij kinderen

- Best een ouder die vertelt, eventueel met ondersteuning van een hulpverlener
- Rustig moment, rustige en vertrouwde plek, best niet voor het slapengaan
- Wacht niet te lang, je wil niet dat het kind het van iemand anders verneemt
- Speel in op vragen

- Begin met een inleidende zin
- Kort en bondig de basisinformatie
 - Gaat over X
 - Ernstig ziek
 - Naam van de ziekte
 - Zal niet meer genezen
 - Zal sterven
 - Niemand treft schuld
 - Er zal altijd iemand voor het kind zijn
- Er zullen wellicht veel vragen komen (niet meteen) : bereid voor, verzin niks, je mag zeggen dat je iets niet weet
- Sluit zoveel mogelijk aan bij de taal en de beelden van het kind

- Benoem dus dat het over Corona gaat MAAR kinderen veralgemenen
- Leg dus zeker ook uit dat het merendeel niet sterft aan corona, dat het bij kinderen meestal zeer onschuldig verloopt,.... dat je goed voor jezelf zal zorgen....

Kinderen en afscheid nemen

- Bekijk of ze nog iets kunnen meegeven voor de stervende/overledene (een tekening, een knuffel, een bandje dat ze maken voor overledene en zichzelf (verbinding), een dekentje, ...)
- Skype, facetime, ... zijn middelen om wel contact te blijven behouden
- Hen ook wijzen op de onzichtbare verbinding tussen harten
- Als ze wel op bezoek zouden gaan of een laatste groet zouden brengen, goed voorbereiden op wat ze zullen zien en hoe het daar is (kleur gelaat is wat anders, voelt koud aan, ogen dicht, ademt niet meer,)
- Luisteren naar kind, geef het ruimte om vragen te stellen en om emoties te tonen, normaliseer die
- Eventueel zorgen voor concreet tastbare herinneringen (foto's, een kussen of knuffel gemaakt uit kledij van de overledene, vingerafdrukken, ...)