



## Waardig sterven in het hospice

# 'Ik berust, ik ga naar boven'

Mensen praten niet graag over het hospice. Het is immers in vrijwel alle gevallen het eindstation van het leven. Soms wordt de laatste adem al na een etmaal uitgeblazen. MAX Magazine mocht op bezoek komen in een hospice en sprak met bewoners en verpleegkundigen.

Het gemiddelde verblijf is ongeveer drie weken", zegt Angelique Vos. Ik praat met deze gespecialiseerde verpleegkundige palliatieve zorg en met haar collega Petra Koehein in het hospice in het woonzorgcentrum Vrijthof in Tiel, onderdeel van ouderenzorgorganisatie SZR. "Als je nooit in het hospice komt, denk je misschien dat de sfeer bedompt is en de geur van de dood overal aanwezig is. In werkelijkheid begeleiden wij op de meest waardige wijze de bewoners in de laatste fase van hun leven", vertelt Petra.

### Bijna alles mag

Ze heeft gelijk. Het gebouw is kleinschalig met vijf tot zeven eigen kamers. Met televisie, een koelkastje, een gezamenlijke huiskamer, keuken, terras en tuin. De zorg is 24 uur per dag en vrijwel alles mag. Zelfs een huisdier meenemen. Maar dan moet de familie het dier wel verzorgen. Angelique lacht: "Een tijdje geleden had een bewoner een kanariepietje in een kooitje meegenomen. Na zijn dood zou zijn broer zich over het vogeltje ontfermen, zo vertelde hij.

Later bleek die broer daar helemaal geen zin in te hebben. Toen heeft een personeelslid het diertje meegenomen." Petra: "Wij bieden de best mogelijke zorg. Dat wordt zeer op prijs gesteld. Door de meeste bewoners en vooral door hun naasten. Soms krijgen we donaties in geld of in goederen. Wij vinden het van groot belang dat de bewoners in een veilige en warme omgeving kunnen verblijven en met respect en aandacht voor hun wensen."

### 'Ik heb er vrede mee'

We kunnen met drie terminale bewoners praten. En ook foto's maken. "Dit verhaal verschijnt



In woonzorgcentrum Vrijthof is ook een hospice-afdeling.

## 'Ik heb hem heel lang bij me mogen houden'

waarschijnlijk pas na uw overlijden", zegt uw verslaggever enigszins bedremmeld tegen bewoner Dick Bennis. Er verschijnt een flauwe glimlach rond zijn mondhoeken. "Oh, dat maakt me niets uit, want ik wil zo snel mogelijk uit het leven. Ik heb om euthanasie gevraagd, maar de dokter gaat drie weken met vakantie en dan moet ik helaas langer wachten." De heer Bennis is in zijn 95ste levensjaar. Hij herstelde nooit echt van corona. "Mijn hoofd en hersenen zijn nog goed, maar daaronder is alles ziek", vertelt hij. "Ik blijf het liefst in bed, een beetje televisiekijken. Ik heb van al mijn dierbaren afscheid genomen." Zijn vitale 89-jarige vrouw Hennie luistert mee. "We zijn 67 jaar getrouwd en hebben drie kinderen, vier kleinkinderen en een achterkleinkind. Ik heb vrede met zijn besluit. Ik heb hem heel lang bij me mogen houden."



Dick Bennis

Dick was zijn leven lang grondwerktuigkundige op Schiphol en technisch zeer bekwaam. "Ik heb in mijn leven alles gedaan wat ik kon. Ik ben een tevreden man die klaar is met het leven."

### 'Ik ga naar m'n man'

Maria Soeparman heeft minder 'haast' dan Dick Bennis. Ze zit op het terras met haar dochter Margot. Ze ziet er helemaal niet oud noch 'versleten' uit, maar schijn bedriegt. "Ik ben extreem vermoeid en heb geen enkele energie meer. Ik berust. Ik ga

naar boven. Naar mijn man en naar andere dierbaren." Maria werd voor de oorlog in toenmalig Nederlands-Indië geboren. Ze maakte als kind de Japanse bezetting mee en de onafhankelijkheidsoorlog en vluchtte in 1949 met haar ouders naar Nederland. "Ik heb veel meegemaakt, ook fijne dingen."

### Haar laatste wens

Ze heeft nog een wens. "Volgende week word ik 85 jaar en ik hoop dat ik mijn verjaardag nog met mijn kinderen en kleinkinderen kan vieren en omringd door al die schatten die hier 24 uur per dag voor ons klaarstaan. Dan drinken we tjendol." Dat is een typisch Indisch drankje met kokosmelk, siroop, geschaafd ijs en vers fruit. De bewoners van het hospice hebben vaak nog een laatste wens, vertellen de verpleegkundigen. Meestal zijn de wensen heel bescheiden. De Kerst halen, een autoritje naar de bloesem, het kleinkind dat elk moment uit de buik van dochterlief kan komen in de armen houden, het nieuwe huis van een kleinzoon bezoeken.

### 'Hoop sterft als laatste'

Angelique zegt: "Wij zijn hier uiteraard ingesteld op het sterven. Er zijn hier mensen regelmatig verdrietig.



Maria Soeparman (r.)

## Wanneer naar het hospice?

Een derde van de Nederlanders overlijdt thuis en 20 procent in het ziekenhuis. 35 procent sluit voorgoed de ogen in een verpleeg- of verzorgingstehuis en 10 procent in een hospice of zogeheten bijna-thuis-huis. In 2021 stierven 171.000 mensen, mede door corona, 16.000 meer

dan gebruikelijk. U gaat naar een hospice als uw huisarts heeft vastgesteld dat u nog minder dan drie maanden heeft te leven en verdere behandeling thuis niet mogelijk is. Dat kan door een combinatie van factoren, zoals het ontbreken van hulp thuis, onvoldoende voorzieningen en

geen mogelijkheden voor afdoende pijnbestrijding. Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) neemt uiteindelijk de beslissing of u naar een hospice kunt en of ergens in de buurt plek is. Het advies van de huisarts wordt vrijwel altijd overgenomen.



## 'Ik hoop volgende week nog mijn verjaardag hier te vieren'

Zij praten liever niet over het naderende levenseinde. Anderen willen zo gauw mogelijk de ogen sluiten. Maar de meeste bewoners hopen het nog een tijdje vol te houden. Want hoop sterft vaak als laatste, zo wordt gezegd. Wij proberen hun angst weg te nemen en pijn zo veel mogelijk te beperken. Zij weten dat wij er zijn als er iets vervelends gebeurt, zoals ernstige benauwdheid of andere aanvallen." De meeste bewoners vinden de laatste periode met dierbaren heel waardevol. Hun blik is niet meer op de toekomst gericht, maar op het verleden en op de fijne dingen die zij met anderen deelden.

Zoals eerder gezegd: bijna alles mag. Petra: "Als een partner wil blijven slapen, schuiven we er een bed bij. Er was een dame die 's ochtends een half glas thee wilde, een half glas ijswater en een glas whisky. Daar nipte zij dan aan. Maar er was ook een excentrieke dame die gewoon met de taxi naar het casino ging."

Het ziektebeeld is wisselend. Sommige bewoners kunnen nog lopen, al dan niet achter een rollator of zichzelf wassen, in en uit het bed komen en zelf eten. Anderen zijn grotendeels hulpbehoevend.

### 'Ik zou met pensioen gaan'

Gerrit van Harn zit op het terras, de zon in de rug. Hij rolt het ene na het andere shaggie en kan zichzelf nog goed behelpen. Hij is met zijn 66 jaren de jongste bewoner. "Ik heb longkanker en leverkanker overleefd, maar nu heb ik een hersentumor. Ik weet niet eens meer hoe ik hier kwam. Ik had een delier, een staat van acute verwardheid. Het kan nu zo met mij gebeurd zijn." Gerrit was bouwkundig tekenaar en werkte in de elektra. Hij lacht: "Ik zou dit jaar met

pensioen gaan, dus dit is een hard gelag, maar goed voor het pensioenfonds."

### 'Soms zit 't tegen'

Het personeel vindt Gerrit een prettige man. Hij pakt nog de vaatwasser uit en hij kocht een heater voor op het terras, want soms is het 's avonds erg koud om buiten te roken. "Ik moest me er eerst in verdiepen of het stopcontact wel 2.000 Watt aankon. Ik ga er ook nog met de scooter op uit. Even mijn hoofd leegmaken", zegt de alleenstaande.

Met zijn zuster die al heel lang in Bolivia woont, heeft hij elke dag via FaceTime contact. "Ook was ze dit jaar twee maanden in Nederland. Met Pasen hebben we afscheid genomen en is ze weer teruggegaan naar Bolivia. We hebben toen frites en snacks gegeten." Ook Gerrit heeft nog een wens. "Ik heb klei besteld. Daarmee wil ik nog mijn leven uitbeelden. Hebben ze toch de verkeerde klei bezorgd. Soms zit het leven tegen." ■



Gerrit van Harn

De gesprekken in dit artikel vonden begin mei plaats. Bij het ter perse gaan van deze editie (9 juni) was mevrouw Soeparman overleden. Ze heeft nog wel haar verjaardag kunnen vieren. Gerrit van Harn ontving een enorme hoeveelheid klei en is druk bezig zijn leven uit te beelden. Dick Bennis knapt op wonderbaarlijke wijze iets op en twijfelt nu aan actieve euthanasie.

### Bijna thuis

Ons land telt volgens de Zorgkaart Nederland 188 hospices. Het werkelijke aantal ligt hoger. Op zorggebied krijgen hospices het hoogste cijfer. Een hospice heeft zich gespecialiseerd in terminale zorg in een huiselijke sfeer. Ongeneeslijk zieken kunnen hier

als gast tot aan hun overlijden worden verzorgd. De terminale bewoners kunnen thuis niet meer verzorgd worden, maar behouden zo veel mogelijk wel de regie over hun leven. Een variant is een bijna-thuis-huis. Dat is vaak een mooi huis met fijne voorzieningen voor terminale zorg, maar minder

complex en met minder professionals. De bewoners hebben hun eigen huisarts. De dagelijkse zorg wordt verleend door (wijk) verpleegkundigen en vrijwilligers. Doorgaans zijn het ruime woningen en ingericht voor drie tot tien gasten met ieder een eigen kamer en sanitaire voorzieningen.