

Ervaringsverhaal van Laura Onderdijk



Functie:

Laura Onderdijk is vrijwilliger bij de Stichting Leendert Vriel Hengelo/ Borne. Dit is een organisatie die in de terminale fase als waakdienst in de thuissituatie ingezet kan worden om de partners/mantelzorgers te ontlasten. Laura is 72 jaar en is ongeveer zeven jaar geleden bij Leendert Vriel vrijwilliger geworden. Ze waakt 's nachts van 23.00 tot 7.00 uur, maximaal 1 nacht per week. Meestal worden de vrijwilligers 's nachts ingezet, maar het komt ook voor dat zij overdag ingezet worden, dit ook om de mantelzorger de ruimte te geven om even weg te kunnen, een boodschapje te doen etc. Alle vrijwilligers van Leendert Vriel krijgen een basisopleiding, voordat ze worden ingezet kunnen worden en in de thuissituatie betekent soms ook dat zij bij bijvoorbeeld Begeleid Wonen waken en een enkel keer komt het voor dat ze in een hospice waken. De eerste jaren krijgen alle vrijwilligers een vast aanbod Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) cursussen, daarna kunnen zij kiezen uit verschillende onderwerpen.

Wat is jouw motivatie om dit te doen?

Na de HBS ben ik begonnen met een opleiding in de verpleging. Helaas kwam ik toen als onervaren jonge leerling te werken bij ernstig zieke kankerpatiënten. Dat kon ik toen niet aan en ben gestopt met de opleiding. Daarna ben ik in het bankwezen gaan werken en nog weer een groot aantal jaren later bij KPN. Dus ervaring in de verpleging heb ik nauwelijks.

Mijn moeder overleed in 2001, ze leed aan de ziekte van Alzheimer en woonde al geruime tijd in een verpleeghuis. Ik ben de laatste periode van haar leven bij haar gebleven en zij is in mijn armen gestorven. Dat heeft 'het kaarsje' aangedaan, toen heb ik me bedacht dat ik in de toekomst dit vrijwilligerswerk wilde gaan doen. Het raakte me dat het zo belangrijk is om in het allerlaatste stukje van je leven iemand naast je te hebben. In mijn werk vind ik het heel bijzonder dat ik er mag zijn voor diegene(n) die het zwaar hebben, naast de terminale cliënt geldt dat zeker ook voor de partner. Wij zijn er voor om de partner/mantelzorger te vervangen, zij kunnen dan hun rust nemen, een nacht slapen. Ik vind ook dat ze dit nodig hebben, omdat na het overlijden voor hen ook nog een zware tijd komt. Wij mogen alle handelingen verrichten die de partner/ mantelzorger ook mag, dit kan betekenen dat wij enkel aanwezig zijn maar ook bijvoorbeeld helpen bij toiletgang, medicatie, extra bolus op de morfinepomp, enzovoort. Als een partner het mag uitvoeren, mogen wij dat ook. Als er andere zorg gedaan moet worden of als de situatie verandert bellen we indien nodig de thuiszorg.

Ik vind het heel fijn werk. Het is niet alleen het waken zelf, maar ook zit er veel meer omheen. We hebben maandelijks een vergadering, waarin we onze ervaringen delen. Interessant zijn ook de cursussen, sprekers, rondleidingen, etc. Dat maakt dat ik me kan verbreden en verdiepen in de palliatieve- en terminale zorg. Zo hebben we onlangs een rondleiding gehad in een crematorium en ben ik naar een lezing van Sander de Hosson, een longarts, die zich inzet om palliatieve zorg beter onder de aandacht te krijgen, geweest.

Wat betekent voor jou palliatieve zorg?

Wij worden meestal in de terminale fase ingezet, vaak is de cliënt dan al gesedeerd en kom je maar één nacht. Regelmatig komt het voor dat we een luisterend oor voor de partner/mantelzorger zijn. Zij kunnen aan ons hun verhaal kwijt. Laatst waakte ik bij een cliënt die nog goed aanspreekbaar was. Ik heb toen een heel goed gesprek met hem kunnen hebben over zijn leven en naderende einde ervan. Heel bijzonder dat hij me dat toevertrouwde. Wij komen als een onbekende bij mensen thuis en iedereen vertrouwt je vanaf het eerste moment en zij vertrouwen ons ook veel toe, terwijl ik vaak maar één of twee nachten bij dezelfde cliënt kom. Wat ik jammer vind is dat het waken vaak pas laat wordt ingezet. De partner/mantelzorger is dan al vaak overbelast. Ik begrijp het wel, want zij willen zelf dat laatste stuk zorg graag doen, maar de stervensperiode is qua tijd en emotie moeilijk te overzien. Vaak zijn mensen heel lang samen geweest. Ik kom bij echtparen die al 80 jaar of ouder zijn. Zij moeten door sterven elkaar los gaan laten en dan gloort er een soort van grote leegte na de dood van de partner. Hoe ouder de cliënt en partner zijn hoe moeilijker het wordt om weer een leven weer op te pakken.

Hoe worden jullie ingezet?

De aanmelding gaat via de huisarts, thuiszorg of de partner zelf. Onze coördinator doet de intake en maakt afspraken met de cliënt en de partner/mantelzorger. Dan kijkt ze wie van de vrijwilligers beschikbaar is. Nu gebeurt dat nog telefonisch of via WhatsApp. We gaan binnenkort over naar een digitaal systeem. We worden door de coördinator goed geïnformeerd en voorbereid, voordat we naar de cliënt gaan. Bij de cliënt werken we met een overdrachtsschriftje, dat na overlijden bij de familie blijft.

We zijn er echt voor de terminale fase en ook bij dementie worden we alleen ingezet in deze fase. Als we een nacht gewaakt hebben worden we altijd de volgende ochtend gebeld door de coördinator om onze ervaring van de afgelopen nacht te delen. Dit is heel prettig, want als je vragen hebt of je bent emotioneel geraakt kun je dit direct bespreken, voordat je zelf gaat slapen. Er wordt echt heel goed voor ons gezorgd.

Wat maakt dat je dit volhoudt?

Zoals gezegd, wij worden na elke waaknacht gebeld door de coördinator. Dan is het voor mij ook afgerond. Ik heb één keer gewaakt bij een jonge vrouw van 25 jaar oud met een hersentumor. Toen had ik echt deze ondersteuning nodig. Ik vond dat zo erg en oneerlijk dat iemand op zo'n jonge leeftijd gaat overlijden.

Wat ik ook triest vind is als iemand helemaal alleen is. Je gaat 's morgens naar huis en laat iemand alleen achter. Ik vind het dan wel fijn om te weten wanneer de thuiszorg komt. Ik moet iemand dan loslaten en dat vind ik lastig. Het is voor een terminale patiënt, die helemaal alleen is wellicht fijner om in een hospice te worden opgenomen.

Iemand kan ook overlijden in de waaknacht. Het komt niet vaak voor, maar toch vind ik dat best spannend. Het is moeilijk in te schatten wanneer het moment daar is om de partner wakker te maken. Ik heb het één keer meegemaakt. De cliënt ging steeds verder achteruit, ik heb de familie wakker gemaakt toen de ademhaling veranderde en een uur later overleed hij in het bijzijn van zijn dierbaren. Als de partner en familie bij de cliënt zijn, zet ik nog een kopje koffie of thee en ga dan naar huis. Mijn taak zit er dan op.

Wat ik heel mooi vond is dat ik vrijwilligerswerk deed bij een dagbesteding en een cliënt daarvan kende. Toen zij in de terminale fase van haar leven was heb ik toevallig de laatste nacht voor haar overlijden bij haar gewaakt. Ik vond het heel bijzonder dat ik bij haar de laatste nacht van haar leven mocht zijn.

Wat wil je de lezers meegeven?

Ik vind het heel belangrijk dat er nog meer aandacht komt voor de Stichting Leendert Vriel. Helaas is onze Stichting lang niet altijd bekend bij professionals. Professionals die bekend zijn met de Stichting Leendert Vriel kunnen door hun inzicht in de palliatieve en terminale fase van de cliënten ons daardoor tijdig en goed laten inzetten.

Onze PR commissie wil graag informatie geven over wat we kunnen doen voor de terminale client en zijn naasten.

Via deze link kunnen jullie meer lezen over Leendert Vriel: www.leendertvriel.nl

Willy ten Pas