

Belutsen partijen binnen ús netwurken:

Aardema Zorggroep
Alliade
Antonius
Apotheken Súdwest Fryslân
Bloezem
Buurtzorg
Comfortzorg
Dokterszorg Friesland
Firda
Friese Huisartsen Vereniging
Interzorg Groep
Kwadrant
Medisch Centrum Leeuwarden
Mienskipsintrum Leppehiem
Netwerk Dementie Fryslân
Noorderbreedte
Patyna
ROS Friesland
Sichtpunt
Thuiszorg Het Friese Land
Thuiszorg Slippens
VPTZ Julia Jan Wouters Hospice
VPTZ Noordoost Friesland
VPTZ Noordwest Friesland
VPTZ Zuidoost Friesland
VPTZ Zuidwest Friesland
Ziekenhuis Nij Smellinghe
Ziekenhuis Tjongerschans
Zilveren Kruis
Zorgbelang Fryslân
Zorgcentrum Het Bildt
Zorggroep Hof en Hiem
Zorggroep Liantje
Zorggroep Sint Maarten
ZuidOostZorg



netwerken
palliatieve zorg
fryslân

Dit boekje bestellen?

Dat kin, stjoer in mail nei Netwerken
Palliatieve Zorg Fryslân: info@npzf.nl

Ynhâld

DIEL 1:

PERSOANLIK

DIEL 2:

HANDICH EN SINFOL

FRAGEN/OERWEGINGEN

Kolofon

Maart 2025

Dit is in útjefte fan de **NETWERKEN PALLIATIEVE ZORG FRYSLÂN** |

palliaweb.nl/netwerk-friesland

Copywrite: Netwerken Palliatieve Zorg Twente

Redaksje en ûntwerp: Studio Nieuwe Weide // nieuweweide.nl

Fryske oersetting: Afûk // afuk.frl

Wêrom dit boekje?

*'Diel dyn winsken
mei dyn arts en oare
soarchferlieners!'*

WAT HJOED IS KIN MOARN OARS WÊZE

Hoe ried ik my ta? Foar elk dy't neitinke wol oer de lêste libbensfase is der dit boekje. In net te genêzen en/of groanyske sike dy't efterút giet. Underfiningen út dyn omjouwing. Allegear redenen om dit boekje foar dysels te brûken. As ynspiraasje, praatstof en/of hâldfêst.

Allinne mei-inoar

Yn 'e mande mei famylje, freonen, kunde, artsen, soarchferlieners kinst de lêste fase fan dyn libben sa oangenaam mooglik ynfolje. Omdat der safolle minsken by binne, is it handich om saken op te skriuwen en te dielen mei alle belutsenen.

Wat biedt dit boekje?

Hânfetten, ynspiraasje foar petearen, tips en hooplik struktuer, rêst en ynsjoch. Mei romte om dyn eigen winsken op te skriuwen. No allegear bondele.

Diel dyn winsken mei dyn arts en oare soarchferlieners

Ferjit net dyn winsken ek kenber te meitsjen by dyn behanneljend (hús)arts troch bgl. it opstellen en bepraten fan in wilsferklearring en it bepraten fan dyn winsken, wearden en behoeften mei de oare soarchferlieners.

HANDIGE & ZINVOLLE TIPS?

pasfoto?

MYN NAMME:

BERTEDATUM:

BERTEPLAK:

Wat wol ik fertelle oer myn libben?

Lined writing area for page 4.



As bern wie ik...

Foarfallen dy't
myn libben sterk
beynfloede hawwe

Myn jeugd en
skoalperioade



Ik bin allinnichsteand,
of troud, haw wol/
gjin bern

Fâdij

Ik wenne...

Myn gesin...

Typysk my...
îngeduldich, fleurich,
kreatyf...

Lined writing area for page 5.

Typyske eigenskippen
dy't ik fan iis heit/
mem ha...

ekstravert
optimistysk
sletten...

Myn
grutte
leafde

It ûndogenste dat ik die...

Ik bin grutsk op

ITEN EN DRINKEN

Favorite gerjocht



MYN HOBBY'S

MYN WURK/WURKPAAD

Net lekker...

*Dit doch
ik graach*

AS IK OPNIJ IN BEROP KIEZE KOE DAN KEAS IK:

*Wichtich
of net?*

UTERLIKE FERSOARGING

FAVORITE MUZYK/FERSKE

IT MOAISTE MOMINT

omdat

IK WURD LOKKICH FAN



Ik wol noch graach

MYN WINSKEN

Wêr ha ik
spyt fan

Myn grutste fertriet

.....
.....
.....
.....
.....

Wichtige minsken foar my

NAMME

OMDAT...

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

*Wa freegje ik
om help?*

.....
.....
.....
.....
.....



IK MIS...

.....
.....
.....
.....
.....

MYN WINSKEN

*Ik soe graach noch
wer ris kontakt
hawwe mei...*



.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Myn thús



*This is
foar my...*



*Wat wurdearje ik oan
myn hjoeddeistige hûs*

*Ik fiел my
thús...*

*Spul dêr't ik oan
hechte bin ...*

Handwriting practice lines for the 'Myn thús' section.

*Wat is wichtich yn
myn libben?*



WÊR HA IK STIPE OAN?
WÊR WURD IK BLIID FAN?
WÊR HELJE IK KRÊFT ÚT?

WICHTIGE DAGEN

Handwriting practice lines for the 'Wat is wichtich yn myn libben?' section.

Handwriting practice lines for the 'WICHTIGE DAGEN' section.

IK HOOPJE DAT MINSKEN NET FERJITTE DAT IK...

Handwriting practice lines for the text 'IK HOOPJE DAT MINSKEN NET FERJITTE DAT IK...'

IK WOL ECHT NET DAT...

Handwriting practice lines for the text 'IK WOL ECHT NET DAT...'

WAT WOL IK NOCH GRAACH
REGELE HAWWE FOAR MYN
NEISTEN

Handwriting practice lines for the text 'WAT WOL IK NOCH GRAACH REGELE HAWWE FOAR MYN NEISTEN'

Ik wol dat alle belutsenen witte dat

Handwriting practice lines for the text 'Ik wol dat alle belutsenen witte dat'

*Myn winsken foar myn
medyske behandeling yn de
takomst binne...*

Handwriting practice lines for the text 'Myn winsken foar myn medyske behandeling yn de takomst binne...'

*Goed om
te witten*

IK HA IT NIMMEN
FAN BESLISSINGEN
FÊSTLEIN YN:

- Libbentestamint
- Testamint
- Notariële folmacht
- Wilsferklearring
- Reanimaasje ferklearring
- Eutanasy ferklearring
- Donorkodisyl
- (Orgaan)donaasje
- Digitale neilittenskip



Wêr lizze dy?

Handwriting practice lines for the text 'Wêr lizze dy?'

Wit de omjouwing
al watsto wolst?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

WÊR WOL IK STJERRE?

WÊR WOL IK OPBIERE WURDE? *En hoe?*

.....
.....
.....
.....

Wat wol ik sels noch regelje?

WÊR MOATTE MYN NEISTEN REKKEN MEI HÂLDE?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Wat wol ik efterlitte? Foar wa?

.....
.....
.....
.....



WAT IK FIERDER NOCH KWYT WOL OER MYN ÔFSKIED

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



*In brief, foto/fideo,
sieraad, besittingen*

- Tink oan:
- Kremaasje of begraffenis?
- Religy en spiritualiteit?
- Lichem beskikking wittenskip
- Hokker útfearbegelieder?
- Lokaasje
- Wa wurde útnûge?
- Muzyk
- Teksten
- Klean....

Understeand ferklearje wy de meast brûkte termen/begripen dy'tst grif tsjin komst as it giet om net mear better wurde of de lêste libbensfase.

PALLIATIVE SOARCH

Palliative soarch hat as doel om dyn libben draachliker en komfortabeler te meitsjen; troch lijen te foarkommen of te ferlichtsjen. Sokke soarch kin wiken, moannen of jierren duorje en is net rjochte op genêzing. Palliative soarch wurdt faak betize mei soarch yn de lêste fase, mar palliative soarch is breder. It omfiemet de fase fan it momint ôf datst hearst datst net mear better wurdst. It giet dan net allinne om dyjinge dy't siik is, mar ek om famylje en neisten. Yn it lêste stik fan dyn libben kinst palliative terminale soarch oanfreegje. In team fan soarchferlieners besiket der foar te soargjen datst sa min mooglik lijst en datst dyn libben goed ôfrûnje kinst. Kwaliteit fan stjerren nimt sa ta.

PALLIATIVE SEDAASJE

It doel fan palliative sedaasje is it ferlichtsjen fan klachten en it sa min mooglik lijen. It kin troch in arts tapast wurde, as it net slagget om klachten lykas pine, benaudens en eangst en/of ûnrêst te ferminderjen. Of as behanneling fan de klachten ûnakseptabel bywurkingen jaan soe.

By palliative sedaasje ferleget de arts mei medisinen it bewustwêzen. De mate fan it ferleegjen fan it bewustwêzen dy't nedich is, kin fariearje fan oerflakkich oant djip. It kin wêze datst nei de start fan de sedaasje ek wer even wekker wurdst; as nedich sil de arts of ferpleechkundige de dosearring oanpasse. It wichtichste doel is dat de pasjint him sa komfortabel mooglik fielt. Palliative sedaasje is in gewoane medyske handeling en bûn oan rjochtlinen en mei allinne tapast wurde as it ferstjerren binnen ien oant twa wiken ferwachte wurdt. Palliative sedaasje soarget der net foar dat it ferstjerren

earder plak fynt. Palliative sedaasje is dus wat oars as eutanasy. Hast earder yn in wilsferklearring fêstlein datst net wolst dat in arts palliative sedaasje tapast, dan sil de arts dy winsk respek-tearje.

EUTANASY

Eutanasy is in foarm fan it beëinigjen fan it libben. By eutanasy tsjinnet in arts medisinen ta om in ein te meitsjen oan net te dragen en hopeleas lijen. Der jilde betingsten om eutanasy sekuer út te fieren. Eutanasy kin inkeld plakfine op dyn fersyk; in frijwillich, goed trochtocht en duorsum fersyk. Kinst dat fêstlizze yn in wilsferklearring. In arts is net ferplichte om eutanasy út te fieren. Ek net ast in wilsferklearring opsteld hast. It beëinigjen fan it libben is gjin plicht fan de arts en gjin rjocht fan de pasjint.

Eutanasy is allinne legaal as oan alle soarchfâldichheidseasken foldien is. Der sil altyd in twadde ûnôfhinklike

arts beoardielje oft de fraach foldocht oan de soarchfâldichheidseasken.

HELP BY SELSDEADZJEN

Help by selsdeadzjen is wat oars as eutanasy. By help by selsdeadzjen nimt de pasjint sels in deadlike drank yn. De arts oerhandiget dy drank persoanlik oan de pasjint en bliuwt by de pasjint oant dyjinge stoarn is. As de drank net binnen reedlike tiid soarget foar it ferstjerren, moat de arts likegoed in ynjeksje jaan, wêrnei't de pasjint (fuortdaliks) ferstjerre sil. Foar help by selsdeadzjen jilde wol deselde betingsten as by eutanasy.

WILSFERKLEARRING

In wilsferklearring is in dokumint dêr't yn oanjoust wat dyn winksen binne om behanneling of libbenseinde hinne. Sa'n ferklearring wurdt brûkt as sels beslisse net mear kin. Bygelyks by koma, in swier ûngemak. Situaasjes dêr't prate mei de (eigen) arts net mear slagget. Foar de neisten kin it ek fjn

wêze as dúdlik op papier stiet watst al en net wolst. Troch de behannelwinks fêst te lizzen yn in wilsferklearring, foarkomst dat oaren op sa'n momint foar dy beslisse (moatte). Besjoch it oranje ramt hjirûnder foar in foarbyld wilsferklearring.

! It is wichtich dat neisten en de arts witte dat der in wilsferklearring is.

In wilsferklearring mei typt, printe of sels mei de hân skreaun wêze. In sels skreaune wilsferklearring (mei datum en dyn hantekening) is like rjochtsjildich as de beskikbere ferklearringen fan de notaris of fan ferieningen. Wichtich is wol dat der dúdlik beskreaun wurdt ûnder hokker omstandichheden behanneling al of net mear plakfine mei. It is wichtich datst dyn wilsferklearring mei dyn húsarts bepraatst.

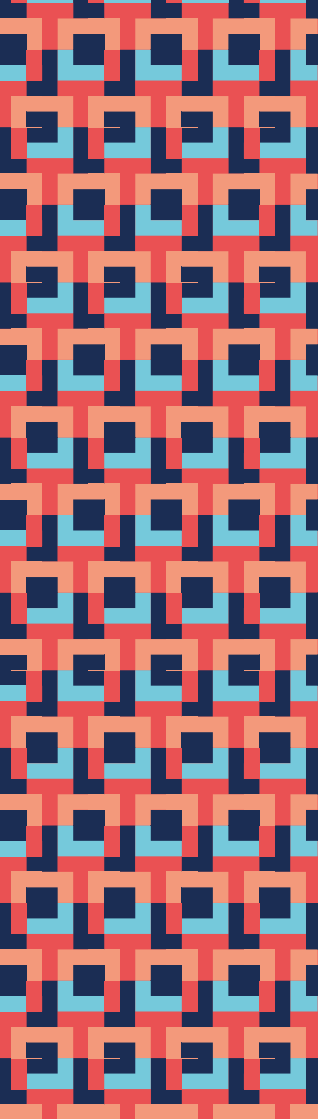
LIBBENSTESTAMINT

Neist in wilsferklearring kin it sinfol wêze in libbenstestamint te meitsjen. Hjir beneamst ien yn (in folmacht)

dy't him ûntfermet oer bygelyks dyn banksaken en besittingen, ast troch sykte of ûngemak dêr sels net mear ta by steat bist. Mar ek ien dy't bygelyks medyske beslissingen foar dy nimme mei of persoanlike winksen útfiert. It libbenstestamint is in bysûndere foarm fan in testamint en moat by in notaris fêstlein wurde. It jildt by dyn libben en giet dus net oer wat der mei dyn besittingen barre moat nei dyn ferstjerren. Dat regelest yn in testamint.

Sjoch foar in foarbyld wilsferklearring op palliaweb.nl:

palliaweb.nl



palliaweb.nl/netwerk-friesland