

## INTERVIEW

### ‘We richten ons op de beste mogelijke kwaliteit van leven én sterven’

De visie van Noorderbreedte op palliatieve zorg is duidelijk: ieder mens verdient een waardevolle laatste levensfase. Joke Braaksma, specialist ouderengeneeskunde bij woonzorglocatie Erasmus, en Karin Scheepstra, palliatief verpleegkundige bij Molenaar Klein Hospice, zijn beiden lid van de werkgroep Palliatieve Zorg en aangesloten bij de Netwerken Palliatieve Zorg Fryslân. Daarmee zetten zij zich in voor een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven én sterven.

“Op al onze woonzorglocaties bieden wij palliatieve zorg”, legt Joke uit. “Zo kan elke bewoner in zijn laatste levensfase in een vertrouwde omgeving blijven. Met palliatieve zorg proberen wij de levenskwaliteit van bewoners en hun naasten te verbeteren. Als je op een van onze locaties komt wonen, dan is je levensverwachting beperkt. En juist in die laatste fase van je leven is het belangrijk dat het je zo comfortabel mogelijk wordt gemaakt. Samen met je naasten moet je nog mooie herinneringen kunnen maken.”

De specialist ouderengeneeskunde legt uit dat je met medicatie niet altijd de beste levenskwaliteit realiseert. “Er is meer waar we naar moeten kijken. Zo kan de kwaliteit van leven bijvoorbeeld toenemen als bepaalde medicijnen niet meer worden ingenomen. Ook kunnen we chronische pijn op een andere manier behandelen dan met het toedienen van morfine. We kunnen bijvoorbeeld proberen de focus van de pijn af te halen. Dat kan door onder meer een vrijwilliger in te zetten die bepaalde activiteiten met de bewoner gaat doen.”

Karin geeft aan dat de palliatieve zorg bij Noorderbreedte vooral is gebaseerd op de waarden, wensen en behoeften van de bewoner en zijn naasten. “En dat gaat inderdaad verder dan lichamelijke zorg alleen. We kijken ook naar de psychische en sociale zorg en naar zingeving. Daarom willen we altijd horen wat iemands leven zin geeft. Wat zijn de wensen? Wat wil iemand het liefst? Op basis daarvan kijken we welke zorg en behandeling het beste bij iemand past.”

#### Afscheid moet goed zijn

Bij Molenaar Klein Hospice zijn vier bedden beschikbaar. “We hebben de volledig ingerichte appartementen in 2023 compleet vernieuwd”, vertelt Karin. “Mensen komen naar ons als ze ernstig ziek zijn, niet meer kunnen genezen en als thuis wonen niet meer wenselijk is of niet meer gaat. Ze worden doorverwezen door hun huisarts of specialist. Een multidisciplinair team biedt 24 uur per dag, zeven dagen per week zorg en ondersteuning. Ook werken we met vrijwilligers die er vooral voor de mensen zijn. Soms is dat woordeloos, zittend naast bed of ze lezen voor, wat voor rust kan zorgen.”

De meeste mensen overlijden in de hospice binnen drie maanden. “Die periode doen we er alles aan om het hen zo prettig mogelijk te maken, ook voor de naasten”, zegt Karin. “Een overlijden moet zo rustig mogelijk gebeuren. Het afscheid moet goed voelen en waardevol zijn.” Karin maakt mee dat mensen door de opname in de hospice soms ook weer opleven. Ze herinnert zich een man die de aandacht en sociale contacten binnen de hospice heel fijn vond. “Die had hij thuis gemist, hij knapte er echt van op. Uiteindelijk is hij rustig overleden.”

#### Extra hospiceplekken

In Friesland zijn er in totaal 22 hospiceplekken, waarvan vier van Noorderbreedte in Harlingen. “Eind 2024 komen er vier bij op Meckama State in Kollum”, aldus Joke. “Daar hebben we bewust voor gekozen. Uit onze samenwerking met andere zorgorganisaties in Netwerken Palliatieve Zorg Fryslân bleek dat er in de regio Dokkum te weinig aanbod was.”

Tegelijkertijd wordt de expertise binnen de hospicezorg ook ingezet op de overige woonzorglocaties van Noorderbreedte. “Als er sprake is van onrust bij een bewoner die gaat overlijden, worden we er vaak bij gehaald. Wij kunnen aan de symptomen zien wat er speelt. Zo kan onrust bijvoorbeeld worden veroorzaakt door pijn, een volle blaas of verwardheid. We proberen ook altijd proactief te zijn. Bij een bepaald ziekteproces kan het bijvoorbeeld zijn dat iemand het in een later stadium benauwd krijgt. Door dit vooraf met de bewoners, naasten en zorgmedewerkers te bespreken, kunnen we snel en adequaat handelen.”

#### Continu blijven ontwikkelen

De werkgroep Palliatieve Zorg bestaat binnen Noorderbreedte al ruim vijftien jaar. “Goede zorg in de laatste levensfase vraagt om continu blijven ontwikkelen”, zegt Joke. “We zetten onder meer in op een verdere optimalisatie van onze multidisciplinaire samenwerking. Ook richten we ons op de verdere scholing van collega’s.”

Karin deelt inmiddels binnen Noorderbreedte haar kennis over complementaire zorg. “Dat zijn aanvullende vormen van zorg”, zegt Karin. “Denk aan massage en aromazorg voor een stuk ontspanning, of een koele buikwassing die zeer effectief is bij obstipatie.” Joke ziet dat als een heel waardevolle toevoeging, want: “Doodgaan hoort bij het leven. Het is fijn dat wij op allerlei manieren ervoor kunnen zorgen dat een overlijden zo goed en mooi mogelijk gebeurt.”



Joke Braaksma



Karin Scheepstra

