

ZOL GENK
Campus Sint-Jan
Campus Sint-Barbara
Medisch Centrum André Dumont
ZOL MAAS EN KEMPEN



Naderend Levensende

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Synaps Park 1
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemmerstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 32 50 50
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Omdat verdriet zo zichtbaar is,

Omdat loslaten soms zo moeilijk is,

Omdat troostende woorden zo mooi en warm kunnen zijn,

Omdat rouwen helpt om los te laten.

INHOUDSTAFEL

1. Inleiding	3
2. Wat betekent waken?	4
3. Tekens van naderend levenseinde	5
4. Medicatie	7
5. Na het overlijden	7

01 INLEIDING



Als je wordt geconfronteerd met het naderend levenseinde van iemand, weet je vaak niet wat je mag verwachten. Wat kan je nog doen en hoe zal het verlopen?

Hoe lang duurt het, welke lichamelijke en psychische veranderingen kunnen er optreden?

Wil je blijven waken?

Wat als het sterven nadert?

Hoewel elk afscheid toch weer anders is, willen we jullie op weg helpen door informatie te geven en tevens steun te bieden tijdens deze moeilijke periode waarbij eventueel beroep kan gedaan worden op een psycholoog.

Misschien is deze brochure op dit moment nog niet relevant. Leg ze dan gerust even opzij voor een later moment.

Mocht deze brochure nog nieuwe vragen oproepen, aarzel dan niet om deze te stellen.

02 WAT BETEKENT WAKEN?



Waken is uit de drukte van het dagelijks leven stappen om bij je naaste te zijn. Je neemt beetje bij beetje afscheid.

Tijdens het waken is het zeer belangrijk dat je goed voor jezelf zorgt. Zorg voor voldoende afwisseling: ga eens wandelen, ga even naar huis,...

Je hoeft niet voortdurend te praten, je rustige aanwezigheid is vaak al voldoende. Je kan zelf een boek lezen of voorlezen, naar lievelingsmuziek luisteren, een hand vasthouden, massage geven van de voeten, zachtjes toespreken, samen herinneringen ophalen,...

Het waken biedt ruimte voor grappige, maar soms ook voor ontroerende of droevige verhalen.

Waken kan ook een tijd zijn voor afscheidsrituelen. Indien je dit graag wenst, kan je via de verpleegkundige een pastorale zorgverlener of priester laten contacteren. Je mag ook zelf een afscheidsritueel organiseren.

Ondanks het waken en al je goede zorgen, kan het gebeuren dat je naaste overlijdt net wanneer je er even niet bent. Het lijkt wel of sommige stervenden het nodig hebben dat je hen even loslaat, om in alle rust heen te gaan.

03 TEKENS VAN NADEREND LEVENSEINDE



Het sterven valt niet te voorspellen maar er kan wel een algemeen beeld gegeven worden van de laatste levensdagen.

De behoefte aan eten en drinken neemt af naarmate het stervensmoment dichterbij komt.

TIP: Dring niet aan. Bedenk dat mensen niet of nauwelijks eten en drinken omdat ze stervende zijn en niet andersom, namelijk dat ze stervende zijn omdat ze nauwelijks eten en drinken. Mensen vinden het vaak nog wel prettig als iemand de lippen af en toe nat maakt.

De lichamelijke toestand en het uithoudingsvermogen gaan naarmate de tijd vordert steeds verder achteruit. De zieke komt minder of niet meer uit bed.

De handen, voeten en neus voelen steeds kouder aan omwille van een tragere en beperktere bloedsomloop. In het algemeen wordt de huid vaak grauwer en bleker en komen er soms paarsblauwe vlekken op het lichaam, onder meer op de onderbenen. Sommige mensen blijven tot het allerlaatste moment bewust, anderen vallen in een diepere slaap.

Tijdens het stervensproces of terminale fase kan koorts, onrust en verwardheid optreden. Naargelang de ernst wordt de nodige medicatie toegediend.



Je naaste gaat steeds moeilijker te bereiken zijn en meer slapen. Ook al begrijpt je dierbare niet meer alles wat wordt gezegd, waarschijnlijk horen ze wel nog veel en blijven ze tot op het laatste gevoelig voor geluid.

TIP: zachtjes spreken tegen je naaste kan een rustgevende werking hebben.

De ademhaling verandert, deze wordt oppervlakkig en onregelmatig. De tijd tussen de ene en de volgende ademteug wordt steeds langer, het bewustzijn daalt en de zieke valt hierdoor in een diepere slaap tot het moment van sterven. Bij stervenden kan er in de laatste dagen een luidruchtig reutelen optreden. Dit veroorzaakt geen last voor je naaste maar kan akelig klinken. Medicatie kan dit reutelen soms verminderen.

Er zijn 'hoeft niet' te betekenen dat er iets gedaan moet worden. Rustig aanwezig zijn is vaak waardevoller. Het stervensproces kan niet versneld worden. De zieke neemt zijn tijd om te sterven. Ieder wordt uniek geboren en ieder zal uniek sterven.

04 MEDICATIE



Soms is het nodig om de medicatie aan te passen tijdens de laatste levensfase. Sommige geneesmiddelen worden gestopt, andere geneesmiddelen worden net opgestart of opgedreven. Zo kan er gestart worden met de nodige geneesmiddelen om comfortzorg te bieden.

05 NA HET OVERLIJDEN



Na het overlijden kan je rustig de tijd nemen om afscheid te nemen. Op elke afdeling kan de tijd en de plaats anders zijn. De verpleegkundigen ter plaatse zullen dit aan de naasten van de overledene graag toelichten.



06 CONTACT



Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen? Aarzel dan niet om ons deze kenbaar te maken.

Afdeling Palliatieve Eenheid
T 089 32 57 11 - 089 32 57 13



Sterf niet met mij
Als je mij nog iets wil geven
Dan zou ik vragen:
Sterf niet met mij, omhels het leven
Je mag bedroefd zijn, maar wanhoop niet
Verdrink niet in té groot verdriet
Als je mij nog iets wil schenken
Dan zou ik willen:
blijf toekomst zien, blijf hoopvol denken
zodat je uitgroeit en volop leeft,
het leven alle kansen geeft.
(Yvonne Van Emmerik)



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be