

Tijdig spreken over het levenseinde

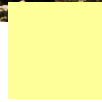


foto (c) Ben Biondina voor DNA beeldbank.nl

Clëntenbrochure van Goedleven



foto © Jan Kooren voor DNA-beeldbank op www.laatzeelandzien.nl



1. Waarom tijdig spreken over het levenseinde

Praten over het levenseinde is niet voor iedereen even gemakkelijk. Toch hechten de meeste mensen grote waarde aan een goede en kwaliteitsvolle zorg in de laatste fase van het leven.

Misschien bent u nooit ernstig ziek geweest en boezemt dit onderwerp u een zekere angst in. Misschien behoort u tot de groep van ouderen in Zeeuws-Vlaanderen. U bent mogelijk zelf met een chronische of ingrijpende ziekte geconfronteerd. In welke situatie u zich ook bevindt, een gesprek over de zorg rondom het levenseinde kan voor u van groot belang zijn. De hulpverleners in Zeeuws-Vlaanderen bieden u in dit verband graag een luisterend oor. Ze zijn bereid u de zorg te geven die zo goed mogelijk bij uw wensen aansluit. Ga het gesprek over het levenseinde tijdig met hen aan, d.w.z. op het moment dat u nog zélf kunt aangeven wat u wilt.

Deze brochure is een handreiking voor dit gesprek. U kunt uw gedachten en wensen op een rij zetten en bespreekbaar maken. Praten over het levenseinde kan een onderdeel zijn van de regelmatige contacten met uw familie, huisarts, specialist of andere hulpverleners. Wanneer u met hen spreekt, kan in de loop van de tijd het vertrouwen groeien en kunnen uw wensen, verwachtingen en grenzen voor alle betrokkenen duidelijker worden.

Een tijdig gesprek over het levenseinde kan u helpen om duidelijk aan te geven hoe u het laatste deel van uw leven ziet. Wat wilt en verwacht u zelf aan zorg? Het gesprek met uw arts kan het vertrouwen in hem of haar versterken. Door u samen met anderen voor te bereiden op het sterven, kunt u de band met hen versterken. Uw angst kan hierdoor afnemen. Uw familie, naaste of degene die u vertegenwoordigt kan betere besluiten nemen. Als u hen hebt gesproken, weten zij wat uw wensen zijn op het moment dat u deze niet meer zelf kunt aangeven.



2. Tips voor het gesprek met de arts

Ga Samen

Wanneer u met uw huisarts of specialist over het levenseinde spreekt, is het goed om iemand mee te nemen naar dit gesprek. Twee mensen horen immers meer dan één. Bovendien kunt u met degene die u vergezelt nog napraten. Het is heel normaal om na een eerste gesprek een vervolgfafspraak te maken.

Stel gerust uw vragen

Met de arts of de verpleegkundige kunt u tijdens een vervolgggesprek nog eens terugkomen op wat er in het vorige gesprek is gezegd en kunt u verdere afspraken maken. Als u iets niet begrijpt, is het belangrijk dat u dit aangeeft. U kunt het gesprek voorbereiden aan de hand van uw vragen.

3. Gespreksonderwerpen

De volgende vragen en onderwerpen kunnen in een gesprek met uw naasten, familie, met de arts en andere hulpverleners aan de orde komen. Deze vragen kunnen u helpen bij de voorbereiding van een gesprek over het levenseinde.

- Wat zijn op dit moment uw zorgen?
- Wat zijn de (medische) mogelijkheden om uw klachten te verhelpen?
- Wat hoopt, vreest of verwacht u voor uw eigen toekomst?
- Zijn er zaken die u nog graag wilt doen en waarvan u zich afvraagt of dat nog kan?



- Wie van uw familie of uit uw naaste omgeving kan u bijstaan? Kunt u met hen spreken over wat u meemaakt en wat het voor u betekent als u op een gegeven ogenblik niet meer beter wordt?
- Als u door uw ziekte op een moment komt dat u niet meer voor uzelf zou kunnen spreken, wie wilt u dan als uw vertegenwoordiger kiezen?
- Wilt u voor u zelf in de eerste plaats werken aan het verlengen van uw leven of wilt u meer de nadruk leggen op de kwaliteit van (een korter) leven?
- Wanneer wordt het leven voor u ondragelijk of zijn er omstandigheden waaronder u het leven niet meer levenswaardig vindt?
- Zijn er behandelingen die u niet meer wenst te ondergaan of wilt u alle mogelijkheden aangrijpen mits die voor u medisch zinvol zijn?
- Als u plots stopt met ademen of als uw hart stil valt, zou u dan nog gereanimeerd willen worden?
- Weet u wat palliatieve zorg voor u kan inhouden?
- Aan wie of aan wat ontleent u hoop? Wat betekenen zin in het leven en geloof voor u? Zou het u kunnen helpen om hierover met iemand, zoals de geestelijk verzorger, te spreken?
- Hebt u al nagedacht over de plaats waar u wilt sterven, zoals thuis, ziekenhuis, verzorgingshuis of hospice?

4. Pijn en symptoombestrijding

Uw arts informeert u over de wijze waarop symptomen zoals pijn, benauwdheid of andere klachten bestreden kunnen worden. Met palliatieve sedatie zal de arts uw bewustzijn verlagen waardoor u geen pijn meer ervaart. Palliatieve sedatie mag alleen toegepast worden wanneer symptomen zoals pijn niet op een andere manier kunnen worden bestreden. Palliatieve sedatie kan op een onderbroken of op een continue wijze plaatsvinden. Bij onderbroken palliatieve sedatie kunt u tussendoor nog weer wakker worden. Continue palliatieve sedatie mag uitsluitend gedurende de laatste levensdagen worden toegepast. De tijd vóór de continue sedatie is het moment om afscheid te nemen van uw naasten, omdat u in de meeste gevallen niet meer wakker wordt.



5. Belangrijk om te weten

Er bestaan richtlijnen over bepaalde keuzes in de zorg rondom het levenseinde. Op basis van de gesprekken die u met uw arts en andere betrokkenen hebt gevoerd, kan aan deze richtlijnen invulling worden gegeven. De volgende zaken kunnen hierbij voor u van belang zijn.

Vertegenwoordiger

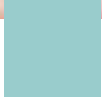
Een vertegenwoordiger is niet altijd dezelfde persoon als de contactpersoon. Een vertegenwoordiger kan in uw naam optreden bij het overleg met de arts en mee beslissen over de behandeling op het moment dat u daar zelf niet meer toe in staat bent. Hij of zij kan opkomen voor de zorg en medische behandeling die u wenselijk acht. U kunt zelf kiezen wie deze rol het beste op zich kan nemen. Indien u zelf uw vertegenwoordiger wenst aan te wijzen, dient u dit schriftelijk te doen. Met het aanwijzen van een vertegenwoordiger kunt u conflicten tussen familieleden voorkomen.

Wilsverklaring

U hebt niet het recht om een bepaalde behandeling te eisen die een arts niet meer zinvol acht. U kunt op schrift stellen welke behandelingen u niet meer wenst. Dit biedt u de meer zekerheid dat deze niet zullen worden opgestart. Een niet-reanimeerverklaring is daar een voorbeeld van. Een hulpverlener moet zich houden aan zo'n schriftelijke wilsverklaring als deze zorgvuldig is opgesteld. Er bestaan diverse modellen van schriftelijke wilsverklaringen. Het is verstandig om u bij het opstellen van een wilsverklaring door de arts te laten informeren over uw behandel mogelijkheden. Geef een kopie van een schriftelijke wilsverklaring aan uw behandelend arts(en) om deze hierover te informeren.

Euthanasie

Euthanasie is het levensbeëindigend handelen door een arts op verzoek van de betrokkene. Euthanasie behoort niet tot het normale medische handelen en is aan wettelijke regels gebonden. Indien u euthanasie wenst, dient u dit met uw arts te bespreken. Wil hij of zij hier aan meewerken of u hiervoor doorverwijzen naar een collega? U kunt een euthanasieverklaring opstellen waarin u vermeldt in welke omstandigheden u euthanasie wenst op het moment dat u dit zelf niet meer kunt aangeven.



Nadere informatie :

Voor nadere informatie kunt u terecht bij uw eigen huisarts of behandelaar. U kunt tevens gebruik maken van onderstaande websites en bronnen.

Websites:

www.klaverbladzeeland.nl

Patiënten belangenorganisatie in Zeeland.

www.alsjenietmeerbeterwordt.nl

Ervaringsverhalen van andere mensen die niet meer beter worden.

www.stichtingstem.info

Over sterven op je eigen manier.

www.donorvoorlichting.nl

Over donorschap.

www.netwerkpalliatievezorg.nl

Over palliatieve zorg.

www.pallialine.nl

Richtlijnen voor palliatieve zorg.

www.vptz.nl

De vrijwilligers in de terminale thuiszorg.

www.knmg.nl/levenseinde

Informatie van de artsenfederatie.

www.zorgverklaring.nl

Over wilsverklaringen.

www.levenseindekliniek.nl

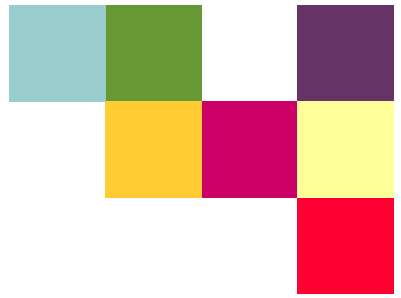
Over hulp bij het sterven aan mensen die voldoen aan de wettelijke criteria voor euthanasie.

www.nvve.nl

De site van de Nederlandse vereniging voor het vrijwillig levenseinde.

Bronnen:

- Keirse, M. Het levenseinde teruggeven aan de mensen.
Over vroegtijdige planning van de zorg, Wemmel,
Federatie Palliatieve Zorg Vlaanderen, 2009.
- Tijdig spreken over het levenseinde
KNMG, juni 2012



Deze brochure is voortgekomen uit het Zeeuws-Vlaamse project *Goedleven* en samengesteld door de volgende partijen:

- Medische Staf Huisartsen Zeeuws-Vlaanderen
- Stichting ZorgSaam Zeeuws-Vlaanderen
- Netwerk Palliatieve Zorg
- Klaverblad Zeeland
- Zorgverzekeraar CZ

Eindredactie: Drs. H.A. De Vriese, geestelijk verzorger en ethicus ZorgSaam



www.goedleven.nl
info@goedleven.nl

september 2014