



Hospice De Duinsche Hoeve



Sinds mei werk ik als arts palliatieve zorg met een goed gevoel in Hospice de Duinsche Hoeve. Ik werk hier in principe op dinsdag- en vrijdagochtend. Het is mooi om te zien hoe in de setting van het hospice gewerkt wordt aan zo goed mogelijk palliatieve zorg voor

de gasten. Het is fijn samen te werken met mijn collega Margot Verkuijlen en het verpleegkundig team. Ik begin mijn weg te vinden.

Sinds 2003 werk ik als huisarts in onze huisartsengroepspraktijk Hopveld in Den Dungen/Sint Michielsgestel. Ik werk daar met vier collega huisartsen. Ook daar zorgen we veel voor patiënten in de palliatieve fase, en werken we samen met wijkverpleging en familie. Ook in de thuissituatie is goede palliatieve zorg mogelijk.

Ik heb mijn opleiding tot arts in Maastricht gedaan en de opleiding tot huisarts in Nijmegen. Na de opleiding tot huisarts heb ik onderwijs gegeven en onderzoek gedaan gecombineerd met de huisartspraktijk. Ik heb een aanvullende opleiding voor palliatieve zorg gevolgd. Sinds 2 jaar maak ik deel uit van het zogenaamde transmurale palliatieve adviesteam (gezamenlijk van Jeroen Bosch Ziekenhuis en o.a. huisarts-zorg-

groepen, hospices en verpleeghuizen in de regio). We zijn er om andere hulpverleners te ondersteunen en te adviseren op het gebied van zorg voor palliatieve patiënten.

Samen met mijn vrouw en drie kinderen wonen we met veel plezier in Den Dungen waar we genieten van het buitenleven en ook vaak in 's-Hertogenbosch te vinden zijn. Vanuit Den Dungen ben je zo in de stad. Ik probeer zo veel mogelijk te sporten (tennis, voetbal en wielrennen), dat is erg lekker als je hard gewerkt hebt. Het is leuk om ook naar het theater en de film te gaan en om regelmatig de sportwedstrijden van de kinderen bij te wonen.

Ik heb het goed naar mijn zin in zowel de huisartspraktijk als het hospice en vindt het een mooie combinatie.

*Hartelijke groet
Eric van Rijswijk*

Decubitus

Als verzorgende in het hospice zie ik soms huidproblemen ontstaan doordat gasten minder mobiel worden, meer zitten en/of liggen in bed. Dan weten wij als verzorgenden en verpleegkundigen dat we extra alert moeten zijn. Het valt me op dat gasten en hun naasten vaak niet weten wat de risico's zijn en hoe ernaar te handelen. Het woord decubitus is meestal onbekend.

Even wat theorie:

Als je het woord 'decubitus' op het internet opzoekt, word er veelal 'doorliggen' of 'doorligwond' gevonden.

Maar wat is doorliggen eigenlijk?

Decubitus is een beschadiging van de huid en/of onderliggend weefsel, meestal ter hoogte van een botuitsteeksel, als gevolg van druk op de huid, en/of door schuif/wrijfkracht.

Denk onder andere aan: de schouderbladen, ruggenwervel, elleboog, polsen, een stuit, zitbeentjes, heupen, knieën (als deze op elkaar liggen), enkels en hakken. Ook bv de oorschelp (met op de zij liggen).

Wat zien wij als in het hospice aan decubitus?

In eerste instantie proberen we natuurlijk decubitus te voorkomen. Dit doen we aan de hand van adviezen zoals: blijf bewegen, ga met uw naaste een stukje lopen indien dit mogelijk is. Het is belangrijk de huid in goede conditie te houden, zodat deze veerkrachtig is en tegen een stootje kan. Als u een droge huid heeft, vet deze dan in met een vette crème of zalf. Probeer te voorkomen dat uw huid vochtig wordt. Draag ondergoed en nachtkleding wat goed aansluit op uw huid en wat vocht kan opnemen. Soms kan vaker verschonen nodig zijn.

De eerste signalen die we zien zijn vaak pijn samengaan met een of meerdere rode plekken op de huid. De huid is nog intact, ziet rood en is niet wegdrukbaar. Dit is moeilijker te zien

bij getinte en donkere mensen. Dan is de warmte van de huid belangrijk om te observeren.

Als de decubitus verder gaat dan de intacte huid, gaat de huid stuk (bovenste laag) of er ontstaat een blaas, dan wordt beoordeeld welke wondbedekking het beste is.

Wat kan de gast of naaste zelf doen?

Normaal gesproken voelt u pijn wanneer u lang op dezelfde manier zit of ligt. U gaat dan anders liggen of verzitten. Dit gebeurt vaak zonder dat u zich ervan bewust bent. Door (bepaalde soorten) pijnbestrijding voelt u soms minder goed. Daarom is het belangrijk dat u weet dat door langdurige druk op één plaats doorliggen kan ontstaan.

Voelt u pijn bij het liggen of zitten dan kunt u dit het beste aan de verzorging vertellen. We kunnen dan passende maatregelen nemen. Dit kan een ander (lucht)matras of -kussen zijn, waarop het lichaamsgewicht beter wordt verdeeld.

Als u veel in de stoel zit, probeer dan elk kwartier van houding te veranderen. Dit kunt u doen door een tijdje voorover te zitten of enkele minuten naar links of naar rechts te hangen. Wanneer u de stoel te hard vindt zitten, meldt dit dan aan de verzorging. Als u veel in bed ligt probeer dan elke 4 uur van houding te veranderen. Wissel op de rug liggen af met liggen op uw zij. Als u niet zelf kunt draaien, vraag dan de verzorging om u hierbij te helpen.

Een manier van liggen op de rug is de zogenoemde 'semi-fowler' houding. In deze houding wordt uw hele lichaam goed ondersteund en blijft u beter rechtop zitten. Met de bedbediening kunt u eerst een 'knieknik' maken, zodat u niet meer naar beneden glijdt. Daarna kunt u de hoofdsteen zo hoog plaatsen als u prettig vindt. Onder de onderbenen wordt een kussen gelegd, zodat uw hielen niet meer op het matras drukken.

Fysio- en/of ergotherapie kunnen ingeschakeld worden voor advies en evt. om hulpmiddelen in te zetten.

In het hospice werken we geregeld met complementaire zorg, bv. met etherische oliën, denk aan een voet- handmassage, een geurbrandertje voor ontspanning of het luisteren van muziek, dit kan de gast afleiden van zijn/ haar pijn.

Decubitus is in de palliatieve fase niet altijd te vermijden. Gasten verkeren meestal in een slechte conditie en/of zijn bedlegerig. Kortom vrijwel alle risicofactoren kunnen aanwezig zijn om decubitus te ontwikkelen.

We zullen de behandeling van decubitus zoveel mogelijk aanpassen aan de doelen en wensen van de gast. Dit kan betekenen dat het doel van de behandeling het beperken van eventuele uitbreiding is, en de klachten die de wond kan geven zoveel mogelijk te verlichten. Genezing is dan niet meer altijd het uitgangspunt.

Sylvia Nieuwenkamp, verzorgende.

Bronnen:

Folder Preventie en behandeling van Decubitus (Hospice)

Fysio en ergotherapie Mariaoord

www.vilans.nl

<http://www.pallialine.nl>



Onze jongste vrijwilliger in het hospice aan het woord:

Björn Vis is mijn naam en ik ben 16 jaar.

Meestal ben ik samen met mijn opa en oma (Ruud en Lisette ofwel de frietjes-bakkers) op vrijdagavond in het hospice aanwezig. Mijn hobby's bestaan uit voetbal en gezelligheid met vrienden. Ik woon thuis samen met mijn broertje, zusje, vader en moeder en volg de opleiding middenkader functionaris bouw infra/architectuur.

Hoe ben ik in het hospice terecht ben gekomen, wordt mij weleens gevraagd.

Twee jaar geleden moest ik een maatschappelijke stage zoeken vanuit mijn middelbare school. Mijn opa en oma werkten in het hospice als vrijwilliger, al vanaf dat de deuren werden geopend in 2011. Ik ben naar mijn opa en oma gegaan om te vragen of ik een keertje met ze mee mocht naar het hospice om te zien wat ze daar nu daadwerkelijk deden. Na overleg en een gesprekje kreeg ik ook de goedkeuring van Dorien Aarts, de manager van het hospice. Zij had meteen al diverse klusjes voor mij: papieren sorteren en op elkaar stapelen voor een opname van een nieuwe gast, oud papier verzamelen, koffie en thee rondbrengen, helpen bij het serveren van de frietjes etc.

Nadat ik mijn 42 uur stage erop had zitten vond ik het fijn om te blijven komen samen met mijn opa en oma. Er is altijd een gezellige sfeer, de mensen zijn er aardig en ik vind het fijn om de mensen te mogen helpen.

Leerwerkplatform Hospicezorg

Drie keer per jaar wordt er vanuit de Associatie Hospicezorg Nederland (AHZN) een leerwerkplatform Hospicezorg georganiseerd, voor alle professionals in de zorg. Van manager tot vrijwilliger en van verpleegkundige tot geestelijk verzorger. Vanuit ons hospice nemen twee verpleegkundigen hieraan deel. Het doel van het leerwerkplatform is geïnspireerd te raken, anderen te inspireren en zorg, onderwijs en onderzoek te verbinden binnen de hospicezorg.

Tijdens deze bijeenkomsten zijn al verschillende onderwerpen aan bod geweest. Wij koppelen dit terug aan het team en bekijken samen of we een verbetering kunnen maken ten aanzien van bestaande projecten, maar ook het initiëren van nieuwe projecten in het hospice. Zo kunnen we de kwaliteit van zorg blijven waarborgen. Het netwerken met elkaar ervaren wij als zeer prettig. We leren van, met en door elkaar.

'Vraag van de week': alle disciplines kunnen meedoen (ook vrijwilligers werkend in een hospice)!

Tijdens de eerste bijeenkomst is de 'Vraag van de week' geïntroduceerd. Als je met de Vraag van de week meedoet, ontvang je wekelijks een e-mail met een vraag over hospicezorg. In de 'Vraag van de Week' is ruimte voor grote en kleine vraagstukken en dilemma's van alledag. Met de antwoorden bouwen we gezamenlijk aan een hospice-kennisbank.

Wil je meedoen met de Vraag van de week, ga dan naar: <http://ahzn.nl/themas/vraag-van-de-week/>

Bij vragen over het leerwerkplatform kun je ook terecht bij Ellen Meiners en Petra Kapteijns (verpleegkundigen HDDH).



Nieuwe aanwinst: Kaartjes van betekenis

Ging je al eens bijna dood van geluk?

Wat betekent 'samen' voor jou?

Welk liedje raakt jou en waarom?

'Kaartjes van betekenis. 50 vragen die ertoe doen'

zijn kaartjes met vragen over het levenseinde, over leven en dood, over hoop en dromen, afscheid en verlies.

De vragen zetten aan tot het nadenken over diverse onderwerpen die met het levenseinde verbonden zijn: van afscheid nemen tot uitvaart, van de kijk op het hiernamaals tot de houding waarmee men in het leven staat. Het "spelen van het spel" draagt bij aan bewustwording rondom het levenseinde.

De kaartjes liggen op de tafel in de hal en zijn voor iedereen die nieuwsgierig is geworden.

Bron: <https://www.gamethatmatter.nl/onze-spellen/kaartjes-van-betekenis/>



Natuur rondom het hospice

In het voorjaar had verpleegkundige Karin in de nachtdienst het geluk om een filmpje van reeën te maken in de achtertuin van het hospice. De ree leeft in bosachtige streken met open plekken en aangrenzende velden. Voorwaarde is dat er voldoende voedsel, dekking en rust aanwezig is. Gelukkig voldoet de omgeving van het hospice aan deze voorwaarden. Reeën leven in het voorjaar en zomer min of meer alleen, in de winter leven ze in groepen bij elkaar. Ze rusten en herkauwen overdag in de dekking en zoeken dan voedsel maar doen dit vooral in de schemer. In juli-augustus is de paartijd, de bok snuffelt aan de geit en rent in rondjes achter haar aan. Op het filmpje was mooi te zien hoe de reeën alsmaar rondjes liepen om een oude eik achter het hospice. Misschien gaan we komend voorjaar reekalfjes zien bij het hospice!



Henk Vennix

Het filmpje is nog te zien op:
<https://www.facebook.com/HospiceDeDuinscheHoeve/videos/>

Phily Hemmes, vrijwilligster in het hospice, heeft niet alleen de gasten, maar ook het aanwezige personeel verrast met een heerlijk toetje waar nog lang over werd nagepraat.

Appelmoes-koekcrumble (4 personen)

Ingrediënten

- 125 ml slagroom
- 8 g vanillesuiker (zakje)
- 1 tl Kardemompoeder*
- 6 Bastognekoeken
- 500 g magere kwark of zoals Phily heeft gedaan: Griekse yoghurt
- 360 g appelmoes (het lekkerst natuurlijk zelfgemaakt!)

1. Klop de slagroom met de vanillesuiker en het Kardemompoeder in een ruime kom lobbig. Stop de Bastognekoeken in een plastic zak en knoop dicht. Druk met de deegroller de koekjes tot grove kruimels.
2. Verdeel de kwark, appelmoes en slagroom in lagen over 4 glazen of ijscoupen en bestrooi met de verkruidelde kandijkoek.



* Een echte smaakmaker voor zowel zoete als hartige gerechten. De smaak van de zaden is citroenachtig, licht floraal, met een vleugje eucalyptus

<http://www.ah.nl/allerhande/recept/R-1185174>

Getrouwd in het hospice

Op 7 oktober is onze gast Joke en haar vriend Michael voor de wet getrouwd in het hospice. Een week later op 14 oktober werd hun huwelijk ingezegend. Voor alle aanwezigen werd dit een heel bijzondere gebeurtenis en in het speciaal voor het echtpaar zelf. Joke is 4 dagen later in alle rust overleden.



Colofon

Nieuwsbrief Hospice De Duinsche Hoeve is een uitgave van Hospice De Duinsche Hoeve in Rosmalen.

Hospice De Duinsche Hoeve is een kleinschalig gasthuis voor palliatieve zorg aan gasten voor wie het niet mogelijk of niet wenselijk is om hun laatste levensfase thuis door te brengen.

Adres- en contactgegevens:

Hospice De Duinsche Hoeve
Vliertwijksestraat 65
5244 NH Rosmalen

Contactpersoon: Dorien Aarts

T 073-5218881

E info@hospicededuinschehoeve.nl

I www.hospicededuinschehoeve.nl

Donaties en giften:

Als u het Hospice financieel wilt ondersteunen kunt u dit doen door het overmaken van een bedrag op **rekeningnummer 10.71.45.499** ten name van Stichting Vrienden van Hospice De Duinsche Hoeve.

Stichting Vrienden van het Hospice:

Via de website kunt u zich aanmelden als vriend van het Hospice.

<http://www.hospicededuinschehoeve.nl/contactform.php>

Het bestuur van de Stichting Vrienden van het Hospice:

Dhr. R. van de Mortel - voorzitter
Mevr. E.R.W.J.M. van de Ven-de Gruyter - secretaris
Mr. J. Buursma, penningmeester
Mr. P.J. Peters, bestuurslid

Bestuur:

Het Hospice De Duinsche Hoeve wordt geëxploiteerd door Stichting Hospice 's-Hertogenbosch e.o.
Mevr. Drs A.M.L.M. Nelissen-Hanssen - voorzitter
Mevr. M.P. van der Ven-de Vries - secretaris
Dhr. Mr. P.J. Peters - penningmeester
Dhr. Dr. J.J. Beutler, bestuurslid

Nieuwsbrief automatisch ontvangen in uw mailbox?

Mail uw emailadres naar info@hospicededuinschehoeve.nl onder vermelding van 'nieuwsbrief-ontvangen'.
Verspreiding via mail (PDF) als wel gedrukt.