



Nieuwsbrief Hospice Dôme Amersfoort

nr. 047 - december 2020



Stageperikelen in Dôme

'Zou ik een ijsje mogen?'... Ik moet mijn oor vlak voor haar mond houden om te kunnen verstaan wat ze zojuist tegen me zei. Ik probeer niet al te verbaasd te klinken als ik voor de duidelijkheid antwoord: 'Een ijsje?' Het gebruikelijke recept?'. Ze knikt één keer en sluit haar ogen weer. Ik laat haar vermagerde arm los en sta op om het gevraagde te gaan halen in de keuken.

Voor de zekerheid loop ik nog even naar mijn werkbegeleider. 'Ze vraagt om een ijsje, mag ik dat geven?' Ze vinden het hier de normaalste zaak van de wereld om de gasten te geven waar ze om vragen zelfs al is het ijs om acht uur 's ochtends. Dus als ik 'maar natuurlijk, als ze daar zin in heeft is het goed' als antwoord krijg ben ik vastberaden er een heerlijk ijsje van te maken, me ervan bewust dat het waarschijnlijk haar laatste is.

Het valt me mee dat ze haar ogen meteen opent als ik binnenkom met haar lievelingshapje: ijs met slagroom en een beetje chocoladesaus. Terwijl ik het ijs rustig naar binnen lepel zie ik haar genieten. 'Ach lieverd, wat kan je dat goed..' Het waren maar een paar hapjes, en inderdaad haar laatste ...

Dit is zomaar een fragmentje uit de eerste weken van mijn stage in Hospice Dôme. Op dit moment zijn er 8 weken stage voorbij en zou ik een boek kunnen schrijven met dit soort momentjes. Toen ik

in februari van dit jaar een eerste 'sollicitatiegesprek' had wist ik het: hier ga ik veel leren. Niet alleen op gebied van verpleegtechnische vaardigheden, maar ik zal me naast het fysieke ook kunnen storten op de andere dimensies: sociaal, psychisch en existentieel.

Iedereen keek me een beetje raar aan toen ik een gat in de lucht sprong na de bevestiging dat ik mocht komen in september. In een hospice? Wat vind je daar leuk aan? Je bent alleen maar bezig met de dood! En waarom Dôme, en zijn er nog zoveel meer!

De reden dat ik voor Dôme koos is eenvoudig; een aantal jaren geleden is mijn tante hier kort verzorgd en overleden. Mijn familie uitte niets dan lof en had het vooral over de fijne sfeer en kundigheid. Daarnaast ken ik een aantal vrijwilligers en het feit dat die er al bijna vanaf het begin zijn zegt mij alles.

Lees verder op pagina 2. ➔

VOORWOORD



Wenda van Loenen
Lid Stichting Vrienden van Dôme

Wat was 2020 een bijzonder jaar. Naast wat u persoonlijk heeft meegemaakt, zijn we met elkaar in een pandemie beland. Wat een enorme impact heeft het Covid-virus op ons leven, op onze maatschappij, in deze wereld.

Ook voor het hospice. Een plek waar de wens van de gast centraal staat en uitgangspunt is. Dan botst het weleens als je rekening moet houden met de geldende maatregelen. Wat zijn we onder de indruk van de creativiteit van medewerkers en vrijwilligers die, binnen de kaders van wat kan en mag, de wensen van de gast honoreren. Dankbaar zijn we ook dat, tot op heden, het virus niet in het hospice is geweest.

Als bestuur van Vrienden hebben we dit jaar niet kunnen doen wat we van plan waren. Vergaderen ging via teams en acties zijn in de ijskast gezet. Zelfs onze jaarlijkse speculaasactie kon alleen in aangepaste vorm (coronaproof) doorgaan. Zodra het weer kan, pakken we de activiteiten weer op.

We zijn dankbaar dat u vriend bent van het hospice. In deze onzekere tijden is het een geruststelling de zekerheid te hebben dat we als Stichting Vrienden het hospice kunnen ondersteunen mocht dat nodig zijn.

We geven u met deze nieuwsbrief graag een inkijkje in het hospice en de wereld van de palliatieve zorg.

Straks is het weer Kerst, waar we gedenken en vieren dat Jezus naar de aarde kwam, als Redder en hoop voor de wereld. Hoop die we juist nu heel hard nodig hebben.

Wij wensen u goede feestdagen en een gezegend 2021.

➤ Vervolg van pagina 1.

Ik had deze tweedejaarsstage HBO-V af kunnen wachten wat school me zou bieden, maar ik houd niet van afwachten en besloot iets te regelen wat dichtbij mij staat. Terwijl ik in mijn achterhoofd de ervaring van mijn familie had ging ik op zoek naar de visie van het hospice: "Hospice Dôme biedt haar zorg aan vanuit een algemeen christelijke levensovertuiging en baseert zich daarbij op de overtuiging dat ieder leven ertoe doet en van het begin tot het einde met respect behandeld dient te worden omdat het uniek is en een gave van God. Iedereen is welkom ongeacht huidskleur, achtergrond en geloofsovertuiging".

Deze visie op zorg is op mijn lijf geschreven, sterker nog; ik voel me erdoor geïnspireerd als zorgverlener en ben er vast van over-

tuigd dat ik dit meeneem in mijn verdere reis als verpleegkundige.

Mijn interne drang om er te zijn voor mijn zorgbehoefte medemens is het antwoord op de vraag wat ik nou leuk vind aan het werk in het hospice. Juist in dat laatste stukje van het leven van betekenis kunnen zijn en in kunnen spelen op de behoeften van onze gasten is iets waar ik energie van krijg. Natuurlijk moet ik ook wel eens slikken en grijpen sommige situaties me naar de keel, maar dan zijn daar altijd de collega's waar ik mijn emoties bij kwijt kan en die me bijstaan, even met me gaan zitten en me voorhouden dat het normaal is om het soms wel heel erg heftig en intens te ervaren. Je bent geen robot Lisette, het siert je juist dat je begaan bent met de gasten en hun naasten. Ze zijn gek op je. En dat is een groot compliment.

Mijn tussenevaluatie is net achter de rug en terwijl de tweede helft van deze stageperiode aanbreekt begint de palliatieve zorg steeds meer mijn hart te stelen. Ik heb hierna nog twee stageplekken te gaan maar ergens in mijn achterhoofd weet ik dat ik de mooiste, intense, prachtigste en meest leerzame stage al in mijn tweede jaar heb mogen doen. Die pakken ze me niet meer af. Wie weet staat er over een paar jaar niet meer 'stagiaire' op mijn Dôme naambordje, maar 'verpleegkundige', of misschien wel 'vrijwilliger'. We zullen zien... Nu ga ik eerst een broodje knakworst maken, met een bakje ijs in vanillevla bestrooid met wat aandacht en liefde. Zie je me glimlachen achter mijn mondkapje? •

Lisette van de Vuurst-Hartog

Tweedejaars studente Verpleegkunde aan de Hogeschool Utrecht



BLOG VANUIT HET HOSPICE

Het gaat zoals het gaat

Daar ben ik inmiddels wel achter gekomen. Mijn naam is Miranda. Ik ben 54 jaar en heb sinds juni 2017 uitgezaaide borstkanker. De afgelopen jaren waren erg onzeker met veel ziekenhuisbezoeken. Ik ben drie keer bestraald, heb een borstamputatie gehad en zeven chemokuren. Dit lijkt erg verwoestend maar ik heb die drie en een half jaar goed doorstaan samen met mijn man Ruud.



Stef Bos bezoekt Miranda in het hospice voor zijn programma 'Serenade van Stef'.

In augustus hebben wij nog heerlijk een weekend gefietst op onze e-bikes en leek ik nog wel een tijdje mee te kunnen. Maar twee weken daarna kreeg ik last van heftige hoofdpijnen die ik niet meer onder controle kreeg. Op zondagochtend 23 augustus ben ik onwel geworden en met de ambulance naar de spoedeisende hulp van het ziekenhuis gebracht. Hier bleek dat ik heel veel vocht in mijn hersenen had waardoor de druk te groot werd. Ik ben twee à drie dagen in een soort van coma geweest. Ik sliep voornamelijk en ben af en toe wel bij kennis geweest maar daar heb ik zelf niets van meegekregen. Toen ik na die drie dagen enigszins bij kennis was

werd ik door de artsen voor een keuze gesteld. Ze dachten dat ik niet lang meer te leven had dus ik moest bepalen of ik mijn laatste dagen thuis of in een hospice wilde doorbrengen.

Mijn man Ruud wilde mij thuis hebben maar ik heb mijn eigen gevoel gevolgd en gekozen voor het laatste en daardoor zit ik nu hier in kamer 3 van Hospice Dôme.

Juiste keuze

Ik durf achteraf wel te stellen dat dit voor mij de juiste keuze is aangezien ik hier heerlijk tot rust kon komen waardoor ik me langzaam steeds beter ben gaan voelen. Zo goed zelfs dat in overleg met de arts is besloten om voor een levensverlengende therapie te gaan in de vorm van een totale hersenbestraling. Nadat ik twee van de vijf behandelingen heb gehad kreeg ik te maken met een enorme tegenvaller. Ik ging op een vrijdagochtend, de dag van de derde behandeling, weer een soort van 'out'.

Weer twee à drie dagen alleen maar slapen en niets eten of drinken. Zelf kan ik me hier wederom bijna niets van herinneren. Na deze drie dagen begon ik me zowaar weer langzaam beter te voelen met als resultaat dat ik de woensdag daarop gewoon weer ben begonnen om de therapie af te maken. Inmiddels heb ik alle vijf de behandelingen achter de rug en ik moet zeggen; tot nu toe valt het me niet tegen.

Volgens de arts zou de eerste week na de bestralingen het zwaarst worden maar tot dit moment van schrijven, drie dagen na de laatste behandeling gaat het me best redelijk af. Wel wat moe maar niet zo extreem als ik gedacht had. Zou het dan toch een keer meezitten?

Ik doe het nu een weekje kalm aan en hoop dat de behandeling aanslaat. En misschien, hoe prettig ik me hier ook voel, misschien kan ik dan over een poosje gewoon naar huis.

Heeft Ruud toch nog zijn zin. •

We kunnen niets meer voor u doen!

Het is de boodschap die mensen nogal eens krijgen als er geen behandeling van de ziekte en dus geen genezing meer mogelijk is. Dat kan zijn als er sprake is van een niet meer te behandelen kanker, maar ook dementie, COPD of hartfalen zijn ziekten waar mensen niet van kunnen genezen.

Op dat moment kom je als zieke in de palliatieve fase terecht en heet de zorg die er gegeven wordt palliatieve zorg in plaats van curatieve (op genezing gerichte) zorg. Maar kun je dan zeggen dat er niets meer gedaan kan worden? Ik denk het niet.

Iemand die niet meer kan genezen kan nog wel een tijd met een ziekte leven. Het doel van palliatieve zorg is de kwaliteit van het leven te behouden en te verbeteren, zoveel als mogelijk is.

In de palliatieve zorg onderscheiden we vier fasen:

- 1. Ziektegerichte fase:** de ziekte wordt behandeld, maar genezing is niet meer te verwachten.
- 2. Symptoomgerichte fase:** hier ligt de nadruk op het verlichten en onder controle houden van de klachten (symptomen). In deze fase worden vaak beslissingen rondom het levenseinde genomen. In beide fasen is het doel een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven.
- 3. Palliatie (verlichten van klachten) in de stervensfase:** in deze fase verschuift de aandacht van kwaliteit van leven naar kwaliteit van sterven.
- 4. Nazorg:** de nazorg voor naasten na het overlijden is ook deel van de palliatieve zorg. De naasten hebben tijd en ruimte nodig om het overlijden van hun dierbare te verwerken. Gesprekken worden altijd aangeboden. De herdenkingsbijeenkomst maakt deel uit van de nazorg.

Kenmerkend voor de palliatieve zorg is dat de zorg vier-dimensioneel is. Daarbij ligt de aandacht niet alleen op het lichamelijke aspect van de ziekte. Ook de psychische, sociale en existentiële aspecten hebben een belangrijke plaats.



Pijn kan bijvoorbeeld een lichamelijke oorzaak hebben. Maar er kan ook pijn zijn vanwege het naderende levenseinde, het moeten loslaten van dat wat je zo lief is, pijn om dat wat je in je leven gemist hebt, of kinderen waar geen contact meer mee is. Palliatieve zorg is multidisciplinaire zorg: verpleeg- en zorgkundige, arts, vrijwilliger, maatschappelijk werk, muziektherapeut, geestelijk verzorger werken samen.

In het najaar van 2019 is het Kwaliteitskader Palliatieve Zorg verschenen. Dit kader geeft een duidelijk beeld van goede palliatieve zorg, waardoor we het niet eindeloos met elkaar te hoeven overtuigen over wat we onder goede palliatieve zorg verstaan. We mogen het met elkaar in praktijk brengen. Zo kan er geleefd worden tot het einde en is "waardig sterven" mogelijk. •

Annemieke Delhaas

Teamleider zorg en consulent palliatieve zorg



Overzicht opnames

Overzicht opnames	1 januari t/m 30 september 2020
Totaal aantal opgenomen gasten	63 (21 man / 42 vrouw)
Aantal overleden gasten	53 (17 man / 36 vrouw)
Gemiddeld aantal opnamedagen	24,4
Bezettingspercentage	72,2%

De bezettingsgraad is over het algemeen lager dan in 2019 (75,2%) hetgeen voornamelijk te wijten is aan de coronacrisis. We bezetten minder bedden om geïsoleerd verplegen, indien nodig, mogelijk te maken en verder is het een landelijke tendens dat mensen er, indien enigszins mogelijk, voor kiezen om thuis te sterven.

Gasten verbleven gemiddeld 24,4 dagen bij ons, dit gemiddelde van om en nabij de 24 dagen is de afgelopen jaren vrijwel constant. Er zijn over het algemeen maar enkele gasten die langere tijd bij ons verblijven. Dit betekent dat onze gasten pas opgenomen worden wanneer zij zich in de laatste levensfase bevinden en palliatieve zorg nodig hebben. •

Boekentip

De helikopter van Victor

In het boek beschrijven de auteurs casussen van mensen die kampten met een ernstig psychiatrische aandoening in combinatie met een ongeneeslijke lichamelijke ziekte. Dat heeft aan het eind van hun leven geleid tot extra aandacht voor de best passende palliatieve zorg.

• Drs. Hennie Kievit en Drs. Heidi de Kam € 22,50. U kunt het boek bestellen door een mail te sturen naar h.dekam@ggzcentraal.nl



Yrna Vroegindeweij

Vanaf 2015 ben ik lid van de Stichting Vrienden van Dôme. Dat kwam er als extraatje bij als je lid werd van de Raad van Toezicht. Op de vacature voor een lid Raad van Toezicht was ik gewezen door een collega: 'echt iets voor jou!'. Ik werk in de ouderenzorg (eerst als beleidsmedewerker en nu als project-leider) en ook daar wil ik bijdragen aan een waardevol leven en een waardig levenseinde.

In de nieuwsbrieven kunt u altijd lezen wat we daarvoor doen. Het is leuk omdat we daarbij onze creativiteit inzetten. Zo organiseerden we twee jaar geleden een bijeenkomst voor notarissen met onze hospice-arts over het onderwerp levenstestament. Dat gaf mooie verbindende gesprekken. We hopen volgend jaar weer zoiets te kunnen opzetten. En de welbekende jaarlijkse speculaasactie wordt georganiseerd door de Stichting Vrienden.



Daarnaast kijken we hoe we op een goede manier met de tijd mee kunnen gaan. Daarom de vernieuwde vormgeving van de nieuwsbrief dit jaar. We hebben ook het jaarverslag 2019 in een nieuw jasje gestoken (te vinden op de website). Kijkend naar duurzaamheid willen we de komende jaren steeds minder papieren nieuwsbrieven versturen en steeds meer digitaal gaan doen. (Wilt u de nieuwsbrief ook per mail ontvangen geef dat dan door via info@hospicedome.nl).

Kortom: mijn collega had gelijk; het is echt iets voor mij! •

Giften

Periodieke gift

Wanneer u doneert kunt u meer geven dankzij een belastingvoordeel. Deze regeling houdt in dat u uw gift volledig kunt aftrekken, zonder rekening te houden met de geldende drempel- en maximumbedragen.

U kunt contact opnemen per mail: info@hospicedome.nl of telefonisch via (033) 460 19 60, wij kunnen u dan een Overeenkomst Periodieke Gift toesturen. Deze kunt u ingevuld retourneren in de bijgevoegde envelop aan hospice Dôme. Een kleine moeite voor een grotere gift voor hospice Dôme. •

Bijzondere giften

Naast de bedragen die velen van u aan ons toebedelen hebben wij ook de afgelopen periode weer bijzondere giften mogen ontvangen. Deze delen wij graag met u.

Onze tuin is toe aan een opknapbeurt. Van twee dames die ons hospice een warm hart toedragen hebben we een royale gift ontvangen. In overleg met hen gaan we deze besteden aan de realisatie van het tuinplan.

De heren van de Lions Club gingen voor ons op pad om mooie tuinmeubelen uit te zoeken. Zij hebben een suggestie gedaan voor 4 relaxstoelen voor bij de kamers die grenzen aan de

tuin en een tuinzitje; het oude was erg toe aan vervanging. De nieuwe set staat inmiddels in de tuin. Prachtig!

Wij hebben de betreffende dames en heren beloofd dat wij ze, als de zon weer gaat schijnen en we elkaar veilig kunnen ontmoeten, uitnodigen voor een kop thee in onze tuin. •

Speculaasactie, anders dan anders!

De oude vertrouwde speculaasactie hebben wij dit jaar, vanwege Covid-19, in een ander jasje moeten steken. Helaas hebben we daardoor minder kunnen verkopen en veel vaste afnemers dit jaar niet van speculaas kunnen voorzien. Dat is jammer.

Toch kijken wij tevreden terug op de actie. Er zijn veel dozen verkocht. Omdat we nu de speculaas per 5 dozen verkochten hoefden we minder vervoersbewegingen te maken. Doordat slimmeriken een cluster van vijf dozen maakten, zorgden wij dat de vijf dozen afgeleverd werden op één plek en van daaruit werd het verder verdeeld. Een fantastisch concept en voor ons logistiek goed behapbaar.

Heel veel dank ook dit jaar weer voor Bakkerij van der Meer die de ambachtelijke speculaas heeft gebakken. Het smaakt(e) weer heerlijk! •



Hospice Dôme

Appelweg 49,
3818 NN Amersfoort
(033) 460 19 60
info@hospicedome.nl
www.hospicedome.nl

STICHTING VRIENDEN VAN DÔME

Stichting Vrienden van Dôme (5 bestuursleden) verwerft fondsen ter ondersteuning van het werk van Stichting Dôme Exploitatie

GIFTEN

Hospice Dôme is voor een deel afhankelijk van giften van derden

Donaties zijn welkom op rek.nr. NL89 RABO 0123 023 068 t.n.v. Stichting Vrienden van Dôme te Amersfoort

KOEPSEL VAN ZORG

Hospice Dôme biedt jaarlijks aan gemiddeld 80 gasten 24 uur per dag deskundige zorg en onderdak in de laatste fase van hun leven. Dit vindt plaats in een omgeving die tegemoetkomt aan de thuissituatie waarin ook de naasten van harte welkom zijn

MEDEWERKERS

Met het complete team van 20 medewerkers in de zorg, 47 vrijwilligers en 5 stafleden verlenen we, met ondersteuning van de hospicearts, 24/7 de zorg aan onze gasten

Het team staat onder leiding van een Directeur-bestuurder

RAAD VAN TOEZICHT

De Raad van Toezicht, bestaande uit 5 leden, houdt toezicht

VORMGEVING

Martijn Ubink / grafiets.nl