

JE NAASTE IN EEN ZIEKENHUIS?

Als je partner, (schoon)ouder, kind, broer, zus of vriend in het ziekenhuis wordt opgenomen, dan wil je graag goed contact met de artsen en verpleegkundigen. Hoe zorg je voor een goed contact en wat moet er allemaal geregeld worden als je naaste in het ziekenhuis ligt of binnenkort naar huis mag?

1 Wees duidelijk over jouw betrokkenheid

Vertel aan de behandelend arts of de eerst verantwoordelijke verpleegkundige op de afdeling dat je de naaste bent van hun patiënt en voor hem of haar zorgt. Deze extra zorg heet mantelzorg, geef hierbij aan wat je rol is. Laat je eigen wensen noteren in het patiëntendossier.

2 Bij vragen, ga op zoek naar antwoorden!

Bij de opname van je naaste heb je misschien veel vragen. Over de diagnose, de wijze van behandelen, het ziekteverloop of de prognose. Stel ze tijdig en ga actief op zoek naar antwoorden. Informeer ook naar patiëntenverenigingen en lotgenotencontacten. Kijk eens op www.3goedevragen.nl.

3 Praat erover!

Als je naaste een ingrijpende diagnose heeft gekregen of binnenkort een operatie of behandeling ondergaat, betekent dat voor jou ook veel. Bespreek je zorgen met je omgeving, de betrokken artsen en verpleegkundigen. Of ga in gesprek met een maatschappelijk werker of psycholoog. Blijf er niet alleen mee rondlopen!

4 Bespreek de mogelijkheden

Bespreek bij het opnamebureau of op de afdeling je wensen als je graag een deel van de zorg wilt blijven uitvoeren tijdens de opnameperiode. Vraag naar mogelijkheden zoals logeren bij je naaste of rondom het zelf uitvoeren van verzorgingstaken. Wees ook duidelijk als je, tijdens de opnameperiode, liever even een stapje terug doet.

5 Denk na over regie

Maak je je zorgen of je naaste nog goed beslissingen kan nemen? Bespreek dit dan tijdig met je naaste en maak jullie gezamenlijke wensen kenbaar bij de behandelend arts. Belangrijke gespreksonderwerpen kunnen zijn: reanimatie, vastleggen van een wilsverklaring of een opname in een zorginstelling/hospice. Regel deze zaken ook juridisch als dit nodig is. Je kunt advies en informatie inwinnen bij een maatschappelijk werker.

6 Regel de zaken voor thuis

Hoe moet je je naaste thuis verzorgen? Denk aan medische handelingen, wondverzorging, hulpmiddelen, leefregels of medicijngebruik. Vraag informatie aan de arts of verpleegkundige. Het ontslagbureau in het ziekenhuis geeft advies over het regelen van thuiszorg, wijkverpleging of de inzet van extra praktische (informele) hulp. Je kunt na thuiskomst een beroep doen op de wijkverpleegkundige in je buurt, organisaties voor mantelzorgondersteuning of het Wmo-loket van de Gemeente.

7 Deel de zorg

Als mantelzorger neem je al gauw veel zorgtaken op je. Het is belangrijk om de zorg te delen, zodat je de zorg goed kunt combineren met je andere bezigheden. Kijk of familie, vrienden of kennissen van je naaste op bezoek kunnen komen in het ziekenhuis. En of zij na ontslag uit het ziekenhuis een gedeelte van de zorg (tijdelijk) van je kunnen overnemen. Het is belangrijk dat je de zorg volhoudt en voor je naaste is aandacht van anderen vaak prettig.

8 Zoek ondersteuning

Langdurig en/of intensief voor je naaste zorgen heeft een grote impact. Het combineren van taken met langdurige zorg is vaak een puzzel. Maak gebruik van de ondersteuningsmogelijkheden die er zijn: organisatie voor mantelzorgondersteuning bij jou in de buurt of het algemeen maatschappelijk werk. Je kunt ook vragen/zorgen bespreken met een medewerker van de Mantelzorglijn via **(030) 760 60 55**.

Handige adressen voor meer informatie

- Vragen voor bij de dokter: www.3goedevragen.nl
- Organisatie voor mantelzorgondersteuning bij jou in de buurt: www.mantelzorg.nl/steunpuntmantelzorg
- Combineren van werk en mantelzorgtaken: www.werkenmantelzorg.nl
- Vertegenwoordigen van je naaste: www.goedvertegenwoordigd.nl
- www.mantelzorg.nl