



Dit is palliatieve zorg

Als je hoort dat je niet meer beter zult worden, schrik je natuurlijk. Maar dan is er palliatieve zorg. Dat heeft als doel: zorgen dat jouw leven zo goed en prettig mogelijk blijft. Want al wordt je lichaam niet meer beter, je leven kan je nog veel te bieden hebben.

Wat is palliatieve zorg?

Palliatief betekent: verzachtend. Palliatieve zorg is niet gericht op genezing, maar op jouw welzijn. Dat jouw leven zo fijn en comfortabel mogelijk is (door het voorkómen en/of verminderen van klachten), ondanks dat je ziek bent. En omdat de mensen om je heen daar ook een grote rol bij spelen, richt palliatieve zorg zich ook op jouw naasten.

Jouw naasten, dokters, verpleegkundigen, verzorgenden, een psycholoog, een geestelijk verzorger, vrijwilligers en andere zorgverleners kunnen veel voor je doen. Daarbij staat jouw kwaliteit van leven voorop: wat jij belangrijk vindt in het leven en wat jij nodig hebt.

Palliatieve zorg is: 'Leven toevoegen aan de dagen, niet dagen aan het leven' (Cicely Saunders).

Iedereen ervaart de palliatieve fase op zijn eigen manier. De één heeft last van pijn of misselijkheid. De ander voelt zich angstig of somber. Ineens is de vraag: 'Wat maakt het leven zinvol?' belangrijker dan ooit. En bijna iedereen heeft moeite met het idee om afscheid te moeten nemen van geliefden. Zorgverleners kunnen je helpen met jouw vragen, klachten en problemen.

Hoe lang krijg je palliatieve zorg?

Mensen denken vaak dat palliatieve zorg alleen voor de laatste weken van je leven is. Maar de palliatieve fase begint op het moment dat duidelijk is, dat je waarschijnlijk sterft aan jouw ziekte of aandoening. Of als je ouder bent en last hebt van meerdere chronische aandoeningen, die invloed hebben op elkaar. Je bent dan kwetsbaar. Het kan zijn dat je maar kort te leven hebt maar dat hoeft niet. Hoeveel weken, maanden of jaren, de palliatieve fase duurt, verschilt van persoon tot persoon.

Palliatieve zorg is dus niet hetzelfde als terminale zorg. Palliatieve zorg richt zich op het leven, niet op het sterven. Terminale zorg is de zorg in het laatste stukje van de palliatieve fase, niet lang voor het overlijden.

Dit houdt palliatieve zorg in

Palliatieve zorg richt zich op alles dat belangrijk is voor jouw welzijn (je lichaam, je geest en je omgeving). Het bestaat uit:

Behandeling van je ziekte 

Behandeling van je klachten en problemen 

Wat doet palliatieve zorg voor je?

Palliatieve zorg kan het leven positief beïnvloeden. Patiënten die goede palliatieve zorg krijgen:

- zijn vaak minder somber en angstig
- hebben minder klachten en problemen
- ervaren dat hun kwaliteit van leven beter is
- hoeven minder vaak (plotseling) naar het ziekenhuis

En het is niet alleen goed voor de patiënt zelf. Palliatieve zorg heeft ook een positief effect op de mensen om hem of haar heen. Niet

En het is niet alleen goed voor de patiënt zelf. Palliatieve zorg heeft ook een positief effect op de mensen om hem of haar heen. Niet alleen tijdens deze laatste levensfase, maar ook na het overlijden. Als de palliatieve fase goed verloopt, kunnen de nabestaanden het sterven van hun dierbare vaak beter verwerken.

Welke zorgverleners zijn er voor mij?

In de palliatieve fase krijg je met verschillende zorgverleners te maken. Wie dat precies zijn, hangt af van jouw persoonlijke situatie. Je hebt altijd een hoofdbehandelaar en eerste aanspreekpunt bij vragen en probleem. Is het niet duidelijk wie dat zijn? Vraag dit dan aan een van jouw zorgverleners.

Het kan gaan om de volgende zorgverleners

- medisch specialist
- verpleegkundige in het ziekenhuis
- huisarts
- wijkverpleegkundige (thuiszorg) of -verzorgende
- fysiotherapeut
- ergotherapeut
- logopedist
- diëtist
- maatschappelijk werker
- geestelijk verzorger
- psycholoog
- apotheker

Jouw zorgverleners overleggen met elkaar en stemmen de zorg zo goed mogelijk af. Als het nodig is, vragen zij hulp van experts of van een palliatief team.

Jij beslist

Je beslist zelf of je een bepaalde behandeling of begeleiding wilt of niet. Wegen de voordelen voor jou op tegen de eventuele nadelen? Praat erover met je zorgverlener en met je naasten. Alleen jij kunt beslissen of je deze behandeling of begeleiding wilt.

Neem de tijd om te beslissen wat je wilt. Bedenk goed wat jij zelf belangrijk vindt.