



Plek van sterven

Veel mensen willen het liefste thuis sterven, in hun bekende omgeving, met hun naasten om zich heen. Maar soms kan dat niet, omdat de verzorging te zwaar of te moeilijk wordt. Er zijn ook mensen die ervoor kiezen om bijvoorbeeld naar een hospice te gaan.

Waar wil ik sterven?

Er zijn verschillende plaatsen waar je je laatste levensdagen kunt doorbrengen. Hier lees je wat de mogelijkheden zijn, en wat de voor- en nadelen zijn. Zo kun je een goede keuze maken. Je kunt je keuze natuurlijk aanpassen als je situatie verandert.

Wil je iets weten over de kosten? In [Vergoeding palliatieve zorg](#) lees je daar meer over.

Palliatieve zorg thuis

Als je het liefste thuis wilt sterven, zijn deze dingen belangrijk en nodig:

- een fijne ruimte voor jezelf met een bed dat goed ligt en waarin je je het prettigst voelt
- mantelzorg en/of hulp van vrijwilligers met ervaring bij sterven
- professionele zorg van jouw huisarts en (wijk)verpleegkundigen

Mantelzorg bij thuis sterven

Mantelzorg is de zorg die je partner, familieleden, huisgenoten, burens en/of vrienden geven. Zij verzorgen je niet omdat het hun werk is, maar omdat ze je graag willen helpen. Lees hier meer over in [Mantelzorg](#).

Professionele zorg

Op een bepaald moment is mantelzorg niet meer genoeg. Dan is er professionele hulp nodig, zoals:

- verpleegkundige zorg, bijvoorbeeld voor het geven van injecties of het verzorgen van wonden. Ook houden zij in de gaten of je niet onnodig veel klachten, zoals pijn of angst, hebt.

De huisarts is verantwoordelijk voor de medische zorg. Als het nodig is, overlegt hij of zij met de specialist in het ziekenhuis of met zorgverleners die gespecialiseerd zijn in [palliatieve zorg](#).

Als je 's nachts ook zorg nodig hebt, komt een verpleegkundige of verzorgende van de thuiszorg een (paar) keer per nacht langs. Bijvoorbeeld om je te helpen naar de wc te gaan, een wond te verzorgen of om je een injectie of medicijnen te geven. Als je nog maar kort te leven hebt (terminale fase) is het ook mogelijk om palliatieve nachtzorg te krijgen. Dan is er de hele nacht een verpleegkundige of verzorgende aanwezig.

Vrijwilligers gespecialiseerd in palliatieve zorg

Misschien vind je het prettig dat er vaak iemand bij je is. Niet alleen overdag, maar ook 's nachts. Lukt dit niet met mantelzorg, dan kan een vrijwilliger helpen.

Vrijwilligers doen geen medische of verpleegkundige handelingen, maar ze kunnen verder overal bij helpen. Bijvoorbeeld bij het wassen en naar het toilet gaan. Vaak ondersteunen of vervangen ze mantelzorgers, zodat die meer (nacht)rust krijgen.

Je kunt hulp van vrijwilligers aanvragen bij verschillende organisaties, zoals:

- leden van de [Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg Nederland \(VPTZ\)](#)
- [Nederlandse Patiëntenvereniging \(NPV\)](#)

De vrijwilligers zijn speciaal getraind in het omgaan met mensen in de palliatieve terminale fase én hun naasten. Na een aanvraag heb je meestal binnen 24 uur hulp.

Overlijden in een zorginstelling

Kan of wil je niet thuis sterven, dan kan je terecht in een zorginstelling. Er zijn verschillende mogelijkheden:

- een hospice of bijna-thuis-huis
- een verpleeghuis met een palliatieve afdeling
- een woonzorgcentrum

Je kunt zo'n instelling vaak vooraf bezoeken, om te kijken wat het beste bij je past. Overleg ook met je naasten en (huis)arts wat het beste voor je is. Denk bijvoorbeeld aan:

- de sfeer
- of er genoeg privacy is
- de zorg die je er kunt krijgen
- de afstand voor familie en vrienden
- of je je eigen huisarts houdt of niet

Overlijden in een hospice of bijna-thuis-huis 

Verpleeghuis met palliatieve unit 

Woonzorgcentrum 

Overlijden in het ziekenhuis 
