



Palliatieve zorg thuis

Je wilt zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Of je wilt thuis sterven. Dan is het mogelijk om thuis palliatieve zorg te krijgen. Hier lees je welke zorg er thuis mogelijk is, en hoe je dit kunt regelen.

Als je in de laatste levensfase zit, en dagelijkse dingen niet meer zelf kunt, word je hopelijk geholpen door je naasten. Denk bijvoorbeeld aan aankleden, douchen en het huis schoonmaken. Dat wordt [mantelzorg](#) genoemd.

Als je steeds zieker wordt, kan mantelzorg zwaar worden voor je naasten. Vooral als alle zorg bij één persoon ligt, bijvoorbeeld je partner. Om te zorgen dat het niet te zwaar wordt, of als het te moeilijk is, kan professionele hulp van een wijkverzorgende of wijkverpleegkundige nodig zijn.

Welke zorgverleners palliatieve zorg thuis?

Thuis kunnen verschillende zorgverleners jou helpen en ondersteunen. Het ligt aan wat jij nodig hebt, wie wanneer langs komt. We zetten de verschillende zorgverleners hier op een rij.

Huisarts



Jouw huisarts en jouw specialist uit het ziekenhuis spreken met elkaar af wie thuis verantwoordelijk is voor de medische zorg, die te maken heeft met je ziekte en de [klachten](#) die erbij horen. Voor klachten die niets te maken hebben met je ziekte ga je altijd naar de huisarts.

De huisarts wil graag weten wat jij belangrijk vindt en wat jouw wensen zijn, zodat je de juiste behandeling en medicijnen krijgt. Ook kan de huisarts je dan beter verwijzen naar andere (gespecialiseerde) zorgverleners. Bespreek wat je van elkaar verwacht en wat je wensen zijn als het levenseinde dichterbij komt. Lees ook [Praten over de laatste levensfase](#).

Thuiszorg



Thuiszorg, ook wel wijkzorg genoemd, is persoonlijke verzorging, verpleegkundige zorg en begeleiding door een verzorgende en/of verpleegkundige bij jou thuis.

Wat is palliatieve thuiszorg?

Palliatieve thuiszorg is 'gewone' thuiszorg voor iemand die niet meer beter wordt. Iedere zorgverlener in Nederland kan palliatieve zorg geven. De thuiszorg kan je helpen met:

- wassen en aankleden, eten en drinken en naar de wc gaan
- wonden verzorgen en medicijnen geven
- klachten bespreken, en samen kijken hoe het opgelost of verminderd kan worden
- hulpmiddelen, deze bestellen en laten thuisbezorgen en of vertellen waar je die kunt halen
- extra zorg regelen, zoals huishoudelijke hulp

Verpleegkundige palliatieve zorg

Soms is er meer kennis en ervaring nodig. Dan zijn er gespecialiseerde verpleegkundigen. Zij hebben een opleiding palliatieve zorg gevolgd. Een verpleegkundige palliatieve zorg zorgt dat jij en jouw naasten de juiste zorg krijgen, nu en later. Het gaat dan niet alleen om zorg voor jouw lichaam maar ook hulp en ondersteuning bij geestelijke klachten, omgaan met de ziekte of afscheid nemen van het leven.

Je kunt een gesprek met een verpleegkundige palliatieve zorg krijgen als de verwachting is dat je minder dan één jaar te leven hebt. Soms ook eerder. Een verpleegkundige palliatieve zorg is niet altijd nodig. Hij of zij helpt bijvoorbeeld niet met dagelijkse verzorging zoals in- en uit bed komen, medicijnen innemen of steunkousen aantrekken.

Een verpleegkundige palliatieve zorg kan je helpen met vragen zoals:

- Hoe ervaar je jou kwaliteit van leven en hoe zou dit zo goed mogelijk verbeterd kunnen worden?
- Lukt alles lichamelijk nog goed? En wat als dat straks niet meer zo is?
- Hoe ziet een goede dag er voor jou uit? Wat heb jij daarvoor nodig?
- Ben je bang voor wat komen gaat?

- Krijg je steun van familie en vrienden? Of juist niet? Zijn er mensen die je helpen bij dagelijkse taken zoals je partner of kinderen (mantelzorgers)? Hoe gaat het met hen?

Naast contact met jou en je naasten werkt de verpleegkundige palliatieve zorg samen met alle hulpverleners die bij jouw zorg betrokken zijn. Denk daarbij aan je huisarts, de apotheek, de medisch specialist, de fysiotherapeut, enzovoort.

Psychosociale en spirituele hulp



Naast lichamelijke klachten komen emotionele of psychische klachten vaak voor, bijvoorbeeld verdriet, schuldgevoel of [angst](#). Psychosociale hulpverlening is een belangrijk onderdeel van [palliatieve zorg](#). Psychosociale zorgverleners kijken naar jou en jouw sociale omgeving. Lees meer informatie over [psychische zorg](#) bij klachten zoals angst of depressie. En [hier vind je meer informatie over sociale ondersteuning](#).

[Geestelijke verzorging](#) is zorgen voor wat jij belangrijk vindt in het leven. Geestelijk verzorgers zijn er voor iedereen, of je nu gelovig bent of niet.

Hulp van vrijwilligers



Verschillende organisaties bieden hulp van vrijwilligers voor in de laatste fase van je leven. In ons [artikel over vrijwilligers](#) lees je hier meer over.

Thuiszorg aanvragen

Thuiszorg kan op verschillende manieren worden aangevraagd: vanuit het ziekenhuis, huisarts of door jou als patiënt. Je kunt zelf contact opnemen met een thuiszorgorganisatie bij jou in de buurt. Voor huishoudelijke hulp, zoals strijken of bed opmaken, neem je contact op met het WMO-loket van de gemeente waar je woont.

De huisarts heeft een belangrijke rol. Hij of zij ziet wanneer thuiszorg nodig is en kan dat met jou bespreken en afspreken wie contact opneemt om thuiszorg te regelen. Als het bijvoorbeeld snel moet of er is veel thuiszorg nodig, kan het zijn dat de huisarts met de thuiszorgorganisatie belt. Je kunt ook altijd zelf bellen.

Thuiszorg niet beschikbaar

Het is helaas soms moeilijk om snel, geschikte thuiszorg te krijgen. Dat betekent dat niet altijd alle zorg beschikbaar is die je wenst. Iedereen doet zijn uiterste best om dit wel te regelen.

Je kunt hulp van [vrijwilligers](#) inschakelen. Zij doen geen verpleegkundige taken, maar kunnen bijvoorbeeld diegene die ziek is gezelschap houden, zodat de mantelzorger er even uit kan.

Nachtzorg in de palliatieve fase

Nachtzorg is alleen beschikbaar voor mensen die zo ziek zijn dat er de hele tijd een zorgverlener bij hen moet zijn, bijvoorbeeld in de [stervensfase](#). Je kunt dan 24-uurs zorg nodig hebben. 24-uurs zorg is maar weinig beschikbaar. Er wordt altijd eerst gekeken of naasten en vrienden kunnen helpen in de nacht.

Dat kan alleen als er een medische reden voor is, bijvoorbeeld als iemand in de stervensfase heel [verward](#) (delier) is en de medicijnen niet genoeg werken.

Nachtteam

Sommige thuiszorgorganisaties hebben een nachtteam, dat bij mensen 's nachts langs kan komen. Maar dan gaat het om een redelijk te plannen zorgmoment zoals op een bepaald tijdstip geholpen worden om naar de wc te gaan of alleen om even te zien of alles in orde is.

Ook kan er iemand van het nachtteam langskomen als de persoonlijke alarmknop wordt gebruikt of als je belt omdat een alarm afgaat van de medicatiepomp. Niet alle thuiszorgorganisaties hebben een nachtteam. Het kan dus dat voor deze zorg een andere organisatie gevraagd moet worden.

Vrijwilligers

Soms kunnen vrijwilligers ook ingezet worden in de nachtzorg, bijvoorbeeld bij het waken, zonder dat daar medische handelingen voor nodig zijn.

Persoonlijk alarm

Als je alleen woont, is het verstandig om een persoonlijke alarmknop te hebben. Dit is vaak een armband of ketting met knop, die je altijd bij je draagt. Hierdoor wordt, in spoedgevallen, meteen contact opgenomen met iemand van de zorgorganisatie of uit jouw eigen netwerk. Een persoonlijk alarm is vaak niet gratis. Soms wordt een deel door de zorgverzekeraar vergoed.

Kijk voor meer informatie op [Hulpmiddelenwijzer](#).

Thuis sterven

Wil je thuis sterven, dan krijg je zorg van je huisarts en vaak ook van de wijkverpleging. Je bespreekt met hen wat je belangrijk vindt en wat je wensen zijn. Zij leggen jou en jouw naasten uit wat je kunt verwachten, hoe een stervensfase gaat. Jouw naasten hebben een hele belangrijke rol. De zorgverleners hebben oog voor hen en zorgen voor steun in deze periode. Lees [hier meer over de plek waar je wilt sterven](#).

Kosten van palliatieve zorg thuis

Als je nog nooit langdurige zorg (WLZ) hebt aangevraagd, dan worden kosten van de wijkzorg 100% vergoed door de zorgverzekeraar. Dit is alleen het geval als de thuiszorgorganisatie een contract heeft met je zorgverzekeraar. Je hoeft geen eigen risico te betalen.

Vraag voordat je zorg ontvangt goed na of de organisatie een contract heeft met jouw zorgverzekeraar. Kleinere thuiszorgorganisaties hebben vaak geen contract met zorgverzekeraars. Als er geen contract met je zorgverzekeraar is, wordt vaak maar 75% van de kosten vergoed.

Voor aanpassingen in huis of huishoudelijke hulp kun je een aanvraag doen bij het WMO-loket van de gemeente waar je woont. Vaak krijg je een deel vergoed, maar niet alles. Lees [hier meer over kosten en vergoedingen van palliatieve zorg](#).

Als je een Wlz-indicatie hebt dan worden alle kosten vergoed vanuit de Wlz. Meer informatie vind je op de [website van de overheid](#).

Kosten thuis sterven

De kosten van thuis sterven worden betaald door de zorgverzekeraar of door de Wlz (Wet langdurige zorg). Lees meer op de pagina: [Vergoeding palliatieve zorg](#).

Informatie voor naasten na overlijden thuis

Na overlijden thuis

Als je dierbare overleden is, kun je rustig nog even bij hem of haar blijven om afscheid te nemen. De eigen huisarts of een huisarts van de huisartsenpost komt langs om de dood vast te stellen. Zij vult een overlijdensverklaring in en laat die thuis achter. Daarna kun je contact opnemen met de uitvaartverzorger.

Het kan zijn dat er [hulpmiddelen](#) teruggebracht moeten worden. Neem actie waar het moet, maar neem vooral de tijd waar het kan. Met de huisarts is er later een [nazorggesprek](#) mogelijk.

Rouw

Als je dierbare is overleden, verandert er veel in je leven. Omdat je de laatste tijd veel zorg en aandacht hebt gegeven, kan je in een gat vallen. En juist nu moet je allerlei praktische zaken regelen. Het verlies kan heel zwaar zijn.

Soms voel je naast verdriet ook een beetje opluchting. Je hebt de laatste tijd veel meegedeeld en meegeleden en nu is het lijden voorbij. Het is heel normaal dat dat je oplucht, ook al mis je je naaste. Daar hoef je je niet schuldig over te voelen. In het [artikel Rouw](#) lees je hier meer informatie over de periode na het overlijden.