

Praten over het levenseinde, lastig maar wel belangrijk

‘De dood, praat erover, niet eroverheen’. Met die slogan startte SIRE een landelijke campagne om mensen ertoe aan te zetten de dood bespreekbaar te maken. Ruim 1 op de 3 mensen praat nooit over de dood. Terwijl het gesprek erover je leven kan verrijken en mensen dichter bij elkaar brengt.

Dat is ook de ervaring die ze in de huisartsenpraktijk Bovensmilde hebben. Praktijkverpleegkundige Saskia Anbergen houdt zich onder meer bezig met ouderenzorg. In die hoedanigheid gaat ze het gesprek over de dood aan met de oudere patiënten in de praktijk.

Gesprek in stapjes

“We doen dat uiteraard in stapjes”, aldus Saskia. “En er moet natuurlijk sprake zijn van een vertrouwensband, anders kun je zo’n gesprek niet voeren. Het gesprek begint meestal over behandelwensen. Bijvoorbeeld of iemand wel of niet opgenomen wil worden in het ziekenhuis of welke behandelingen iemand wel of niet wil. Hierbij hoort ook de vraag of mensen gereanimeerd willen worden als ze in een situatie zouden komen, waarbij dat aan de orde is. Uiteindelijk bespreken we ook de laatste levensfase. Dat kan bestaan uit palliatieve sedatie of euthanasie. Dat is best heel lastig, maar het geeft mensen wel zekerheid en rust als dit soort onderwerpen zijn besproken en vastgelegd.” Saskia en haar collega’s grepen de coronatijd aan om alle patiënten boven de 75 jaar een brief te schrijven. Hierin vroegen ze hen om na te denken over wat ze willen als ze ernstig ziek worden. Bij de brief zat als bijlage

een wilsbeschikking, die patiënten konden invullen en terugsturen naar de praktijk. Veel patiënten vullen deze wilsbeschikking in of het vormde een basis voor een gesprek op een ander moment.

“In eerste instantie hebben we ons vooral gericht op welke behandeling mensen wel of niet willen. Inmiddels hebben we het ook over kwaliteit van leven en wat daarbij belangrijk is voor mensen.”

In de vertrouwde omgeving

In de praktijk in Bovensmilde hebben ze gemerkt dat alle coronaperikelen voor mensen een aanleiding vormden om het gesprek over het levenseinde aan te gaan.

“Maar”, zegt Saskia, “we zijn zelf ook actiever om dit onderwerp te bespreken. Vroeger deden we dat vaak pas als ‘het einde naderde’, maar nu doen we dat eerder. De gesprekken voer ik bij de mensen thuis, het is prettig om dat in hun vertrouwde omgeving te doen.” Saskia noemt het voorbeeld van een 90-jarige patiënt. “Ondanks dat ze nog heel fit is, heb ik toch bij haar thuis een gesprek gevoerd. De insteek is dan niet: hoe wil je dat het einde gaat, maar juist wat vind je belangrijk voor jouw kwaliteit van leven. Deze mevrouw gaf aan dat ze het belangrijk vindt dat ze nog elke dag naar buiten kan en contact heeft met de burens. En onlangs sprak ik een patiënt die de diagnose Alzheimer had gekregen. Hij en zijn vrouw wilden heel graag dat hij thuis zou sterven. We bespreken dan hoe we dat kunnen organiseren, maar ook wat ze nog acceptabel vinden als zijn toestand achteruit gaat.”

Met de familie

Het zijn natuurlijk geen gemakkelijke gesprekken. Maar Saskia ervaart dat het lang niet altijd alleen zwaar is. “Ik werk al 25 jaar in

deze praktijk dus ik ken de meeste mensen wel. Maar door deze gesprekken, hoor ik soms ook bijzondere levensverhalen die ik nog niet kende. Die verhalen helpen om te begrijpen waarom mensen bepaalde keuzes maken.”

Voor Saskia is het belangrijk dat mensen hun keuzes ook met hun kinderen of andere familie bespreken. “In veel gevallen voer ik zo’n gesprek ook samen met de familie van de patiënt. En we laten een informatieboekje achter en het zogenaamde behandelpasspoort. Hierin kunnen mensen aangeven wat ze wel en niet willen. Het gebeurt heel vaak dat naar aanleiding van ons gesprek, de familie ook met elkaar de wensen ten aanzien van de uitvaart bespreekt.”

Zelfregie

Alle afspraken worden vastgelegd in het huisartseninformatiesysteem. Als de patiënt daar toestemming voor geeft, gaat die informatie ook mee naar de huisartsenpost. “We leggen niet vast wat wij als behandelaar willen, maar wat de wensen van de patiënt zijn. Op die manier is er sprake van zelfregie in elke fase van het leven, ook richting de dood.”

