

*Ongeneeslijk zieke cliënt
die thuis wil sterven?*



Vrijwilligers Palliatieve
Terminale Zorg

Nederland

Hoe verwijs ik naar een vrijwilliger?



*Tips voor huisartsen, verpleegkundigen, verzorgenden
en sociaal werkers*

De meeste mensen willen graag thuis overlijden. Zonder extra hulp is dat vaak niet mogelijk. Vrijwilligers kunnen in deze periode ondersteuning bieden, zowel aan de mantelzorgers als aan de cliënt. De inzet van een VPTZ-vrijwilliger in de thuissituatie kan de mantelzorgers ontlasten. Die kan de zorg daarvoor langer volhouden en raakt minder snel overbelast. Een vrijwilliger is er zeker ook voor de cliënt zelf. De vrijwilliger biedt aan beiden tijd, aandacht, emotionele en praktische ondersteuning en daarmee rust, ruimte en vertrouwen. Samen met de andere zorgverleners dragen vrijwilligers bij aan een waardige laatste levensfase.

Professional, trek aan de bell!

Mantelzorgers geven vaak niet zélf aan dat het zorgen voor een naaste in de palliatieve terminale fase niet meer gaat. In de praktijk blijkt dat het gesprek over extra hulp daarom meestal bij de huisarts, verpleegkundige, verzorgende of sociaal werker begint. Zij brengen autoriteit mee en zijn in de gelegenheid om de mogelijkheid van ondersteuning door vrijwilligers expliciet te benoemen en de waarde daarvan te bespreken.

Drempels

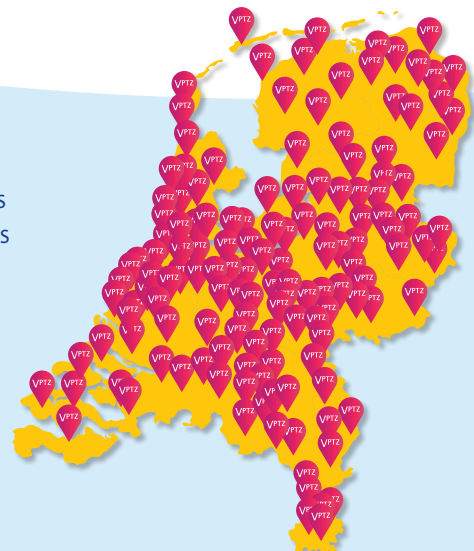
Uit onderzoek weten we dat mantelzorgers en cliënten vaak een drempel ervaren bij het eventueel toelaten van de ondersteuning door een vrijwilliger. Het is daarom belangrijk deze drempels te kennen, proberen weg te nemen en vervolgens op de juiste manier naar een vrijwilliger te verwijzen.

Lees hiervoor de tips op de volgende pagina.

VPTZ (Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg)

VPTZ Nederland is de koepel voor lokale en regionale vrijwilligersorganisaties in de palliatieve terminale zorg. In Nederland zijn ruim 200 VPTZ-organisaties en circa 13.000 vrijwilligers actief. In iedere gemeente zijn goed opgeleide, deskundige en ervaren VPTZ-vrijwilligers die ondersteuning kunnen bieden, bijvoorbeeld in de thuissituatie.

*Vind met jouw postcode de dichtstbijzijnde
VPTZ-organisatie op vptz.nl*



Drempels om te weerleggen

Mantelzorgers en cliënten ervaren vaak de volgende drempels bij de inzet van een vrijwilliger bij hen thuis, waarop je kunt inspelen:

- **Wie haal ik in huis? Heeft hij/zij wel verstand van zaken?**
VPTZ-vrijwilligers zijn ervaren, deskundig en speciaal geschoold voor dit werk. Vanwege hun ruime ervaring in de ondersteuning tijdens de laatste levensfase kunnen zij cliënten en naasten informeren over wat hen te wachten staat en hen zo veel mogelijk geruststellen. Zij zijn compassievol en bieden een luisterend oor aan zowel mantelzorger als cliënt. Als verwijzer kun je aangeven dat je graag samenwerkt met de vrijwilligersorganisatie en positieve ervaring hebt met de inzet van vrijwilligers.
- **Ik zie het als falen als ik een deel van de zorg uit handen geef**
Bij zowel cliënten als naasten leeft vaak de verwachting dat je zorgt voor elkaar. Deze verwachting maakt het soms moeilijk de zorg uit handen te geven aan een vrijwilliger. Het is goed dit mogelijke dilemma te benoemen en daarbij vooral te benadrukken dat de mantelzorger de zorg door de inzet van een vrijwilliger langer kan volhouden. Ook kan de mantelzorger de zorg samen met de vrijwilliger op zich nemen. Dit gebeurt altijd in overleg. Het inzetten van een vrijwilliger kan de wens om thuis te sterven helpen realiseren.
- **Ik zie op tegen iedere keer andere vrijwilligers over de vloer**
Er komt een vaste vrijwilliger over de vloer - hooguit enkele vrijwilligers - zodat de cliënt en mantelzorger niet telkens aan nieuwe mensen hoeven te wennen.
- **Als het me niet bevalt, zit ik eraan vast**
De cliënt en naasten zijn nergens toe verplicht en kunnen altijd weer afzeggen. Mocht het niet klikken met de vrijwilliger, dan kan er zonder bezwaar vervanging geregeld worden. Het is daarnaast mogelijk om de vrijwilliger af te zeggen als het stervensmoment nabij is en de familie weer zelf wil waken.
- **Ik ben te druk om na te denken over hulp van een vrijwilliger**
Het is goed oog te hebben voor de mantelzorger en alert te zijn op signalen van overbelasting. Je kunt uitleggen dat de vrijwilliger aandacht en tijd heeft voor zowel de cliënt als de mantelzorger, taken kan overnemen en een maatje voor de mantelzorger kan zijn om even te kunnen ventileren. Ga ook specifiek in op wat je ziet, bijvoorbeeld: 'Ik zie dat u doodmoe bent; een vrijwilliger kan komen zodat u kunt slapen'.
- **Wat kost de inzet van een vrijwilliger?**
Je kunt aangeven dat er geen kosten verbonden zijn aan de inzet van een vrijwilliger.

Extra tips

- **BELANGRIJK!** Het is aan te raden de inzet van een vrijwilliger vroegtijdig aan te kaarten en een folder achter te laten. Dat geeft mantelzorgers de tijd om over deze mogelijkheid na te denken en te wennen aan dit idee. Je kunt er dan later op terugkomen. Folders kun je opvragen bij je lokale VPTZ-organisatie.
- Het is beter om bij de inzet van vrijwilligers woorden als 'op bezoek' of 'langskomen' te vermijden. Dat geeft mensen het gevoel dat de vrijwilliger een gast is en vermaakt moet worden. Geef expliciet aan dat de vrijwilliger juist voor hén komt en niet andersom.
- Het is aan te bevelen zo specifiek mogelijk naar de wensen te vragen, bijvoorbeeld: 'Wat zou u fijn vinden dat de vrijwilliger voor u doet?'
- Het helpt om de inzet van de vrijwilliger in het gesprek concreet te maken. Voorbeeld: 'Een vrijwilliger kan aanwezig zijn, zodat u als naaste weer naar uw wekelijkse kaartclub kunt.'
- Indien mogelijk geef je zo veel mogelijk concrete informatie over hoe vaak en hoe lang een vrijwilliger kan komen.

Enkele cijfers

- In de afgelopen 5 jaar boden een **half miljoen** mensen mantelzorg aan iemand in de laatste levensfase die thuis wilde sterven.
- **7 op de 10** mantelzorgers voelt zich overbelast.
- Jaarlijks ondersteunen ruim **3.000** VPTZ-vrijwilligers ongeveer **4.000** mensen thuis in hun laatste levensfase.
- Naasten waarderen deze ondersteuning met een **9,4**.
- Bij **6.000** mensen die jaarlijks thuis overlijden zou de hulp van een vrijwilliger wenselijk zijn.
- **22%** van de naasten heeft nog nooit van ondersteuning thuis door een vrijwilliger gehoord.

Bronnen o.a. Verwey-Jonker Instituut (feb. 2024) en Radboudumc (maart 2024)



Vrijwilligers Palliatieve
Terminale Zorg
Nederland

Barchman Wuytierslaan 10 | 3818 LH Amersfoort
T 033 - 760 10 70 | info@vptz.nl | vptz.nl