Bij het sterven

azdelta

Uw ziekenhuis.

Inhoud

1. De stervensfase 3
2. Na het sterven 6
3. De eerste rouwperiode 7
4. De kinderen 9
5. Literatuur 10

© AZ Delta
Deze uitgave mag in zijn geheel noch gedeeltelijk worden gekopieerd, of openbaar gemaakt, op welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Beste

Er werd u slecht nieuws meegedeeld. Iemand uit uw dichte kring zal binnenkort sterven. We willen u hierbij zo goed mogelijk omringen met de beste zorg, met aangepaste hulpmiddelen, met de nodige aandacht en omkadering.

In deze brochure vindt u informatie, tips en suggesties om de stervens- en eerste rouwfase van uw dierbare door te komen. U mag altijd contact opnemen met iemand van de afdeling voor bijkomende hulp en informatie.

We wensen u veel troost en sterkte toe.

Artsen en medewerkers van AZ Delta

1 De stervensfase

Als het sterven nabij is, bent u vrij te kiezen om te **waken**. Dit is zeker niet voor iedereen haalbaar.
Spreek er ons gerust over aan.

U zal merken dat een stervensproces zowel moeilijke als mooie momenten met zich meebrengt: verdriet, angst, machteloosheid, boosheid, maar ook dankbaarheid, liefde, opoffering, humor en hoop.
Niemand kan het precieze stervensmoment voorspellen. De periode van waken kan langer of korter zijn dan verwacht.
Goede afspraken tussen familie en vrienden, alsook met de verpleging zijn belangrijk, ook om het vol te houden.

Alle zorg voor de stervende is nu gericht op **comfortzorg**.
Artsen en verpleegkundigen doen er alles aan opdat uw naaste geen pijn meer voelt. Jammer genoeg is dit niet altijd mogelijk. In overleg, bieden we de best mogelijke oplossingen aan. Als u hierbij vragen hebt, mag u deze altijd stellen.

Zowel voor u, mantelzorgers, als voor de stervende, staat een **team van professionele hulpverleners** klaar om u zo goed als mogelijk te omringen.

De medewerkers van **de dienst spirituele zorg**, verbonden aan het ziekenhuis, zijn altijd bereikbaar. In overleg kan de ziekenzalving of een ander ritueel gebeuren.
Op uw vraag kunnen we iemand van **uw eigen levensbeschouwing** contacteren.

Praktische info bij het waken

Het ziekenhuis geeft u de mogelijkheden om 24 op 24 uur aanwezig te zijn.

- Er wordt altijd geprobeerd om een eenpersoonskamer aan te bieden.
- Indien gewenst, plaatsen we een plooibed in de kamer.
- Wie tijdens de nacht waakt, kan een extra maaltijd vragen: ontbijt , 3 euro – middagmaal, 9 euro - avondmaal, 5.45 euro
- Van op de afdeling bieden we u koffie, thee of water aan.
- Een code voor gratis internet kan op de afdeling gevraagd worden
- Bij het onthaal – enkel van toepassing in de Roeselaarse campussen - kan u een 10-beurtenparkeerkaart kopen.

Zoals ieder leven uniek is, zo is ook het sterven van ieder mens een uniek gebeuren.

Er zijn signalen en veranderingen die kunnen wijzen op het naderend sterven.
De meest voorkomende beschrijven we hieronder.

Aarzel niet om ons aan te spreken om nog meer informatie te ontvangen.

Een verminderde behoefte aan eten en drinken

Het lichaam verandert: de wangen vallen in, de neus wordt spits. In de stervensfase treedt het dorstgevoel niet of nauwelijks op. Het bevochtigen van de lippen kan als heel deugddoend ervaren worden.

Onrust en verwardheid

Door het gedaald bewustzijn kan iemands gedrag veranderen en een onrustige of verwarde indruk geven. Dat wordt een delier genoemd. Het lijkt alsof de stervende van alles beleeft, ziet, of aanwijst. Door rustig aanwezig te zijn, kan u steun bieden. Bij ernstig ongemak zal de arts besluiten om extra rustgevende medicatie toe te dienen.

Minder contact – verandering in bewustzijn

De stervende is minder vaak en korter wakker, is minder aanspreekbaar. We vermoeden dat de stervende alles hoort en gevoelig blijft voor geluid. Vertrouwde stemmen en/of muziek kunnen belangrijk zijn. Het bewustzijn daalt en leidt uiteindelijk tot een diepe slaaptoestand of coma.

De bloedsomloop neemt af

Het lichaam houdt zo lang mogelijk de doorbloeding van hart en longen in stand, ten koste van handen, voeten, neus die koud aanvoelen. Op de benen kunnen paarsblauwe vlekken ontstaan. De gelaatskleur wordt grauw en wordt bij het sterven helemaal ‘doodsbleek’.

Veranderingen in de ademhaling

Een stokkende en onregelmatige ademhaling is meestal een teken dat de dood dichterbij komt. Door het verminderd bewustzijn ervaart de stervende dit niet als benauwend. Bij tekenen van ongemak zal de arts extra rustgevende medicatie toedienen. Doordat de normale hoest- en slikprikkels verdwijnen, kan slijm zich ophopen in de keelholte of de luchtpijp. Dat kan leiden tot een reutelend geluid. Ook daar heeft de stervende zelf geen last van. De adempauzes worden steeds langer, oppervlakkiger en ten slotte komt de laatste adem, soms niet meer dan een zuchtje na een (heel) lange stilte.

2 Na het sterven

Ieder sterfbed kent een eigen tijd en heeft een eigen tempo. Sterven betekent het leven loslaten. Sterven kan soms dagen duren. Soms lijkt de geest klaar, maar is het lichaam nog niet zover. Soms is het andersom en kunnen mensen dagen vasthouden aan het leven.

Afscheid nemen

Als uw naaste overleden is, krijgt u rustig de **tijd om afscheid te nemen** op de kamer. Deze ogenblikken zijn zeer kostbaar.

En dan...

... wordt gevraagd welke **uitvaartbegeleider** u zal aanspreken om uw naaste te komen halen vanuit het mortuarium van het ziekenhuis.

- **De familie neemt contact** op met de uitvaartbegeleider. Wanneer uw naaste 's nachts sterft, wacht u tot de volgende morgen om de uitvaartbegeleider op te bellen.
- Een arts maakt **de overlijdensakte** op. Deze is nodig voor het overbrengen van de overledene. Dit formulier gaat vanuit het ziekenhuis met de overledene mee naar het rouwcentrum.
- Bij het verlaten van de kamer, neemt u alle persoonlijke spullen - ook **bril, kunstgebit, kledij** - mee naar huis.

Wanneer u contact opneemt met **de begrafenisondernemer**, zal er afgesproken worden waar en wanneer u elkaar ontmoet voor alle afspraken over de uitvaart.
Bij die eerste ontmoeting zal gevraagd worden naar

1. de kledij voor het opbaren
2. de identiteitskaart van de overledene
3. eventueel het trouwboekje.

De overledene groeten

Er is **geen** mogelijkheid tot bezoek in het mortuarium van het ziekenhuis. De overledene kan er maximum 24 uur blijven. Bij uw contact met het rouwcentrum kan u afspreken wanneer u de overledene voor het eerst kan groeten.

3 De eerste rouwperiode

Een verscheidenheid aan gevoelens

Rouwen is heel persoonlijk. Iedereen verwerkt verlies op een eigen manier, in een eigen tempo. Er is een verscheidenheid aan gevoelens die allemaal normaal zijn en die niet door iedereen op dezelfde wijze of hetzelfde tijdstip gevoeld worden: ongeloof, verdriet, woede, opluchting, schuld, gemis...

Als u vragen hebt, zich zorgen maakt of ondersteuning wenst, kan een medewerker u de weg wijzen naar de juiste hulpverlener.

Lichamelijke klachten

Na een periode van intense zorg dragen en waken kan het overlijden van de dierbare ook lichamelijke reacties veroorzaken. Naast de opgestapelde vermoeidheid zijn er de moeilijkheden bij het concentreren en met het geheugen. Moeilijk kunnen slapen, rusteloos zijn, geen zin in eten hebben of andere klachten die u geheel vreemd zijn, kunnen u nu overvallen.
Als u zich hierover zorgen maakt, kan u bij de huisarts raad vragen.

Rouwen doe je alleen.
Terugtrokken in je eigen catacombe.

Laat mensen zwijgen over wat en hoe.
Verdriet kent geen gelijke.
Onhoorbaar rolt het naar je toe, in golven.
Grote, kleine die je overspoelen, onvermoed.
Die beuken tegen dijken.
En hoe het volgende moment te halen?

Maar elke stap, hoe onvoorspelbaar ook,
wordt een stuk van de weg.
Eerst zoveel pijn en zoveel tranen.
Later zullen je ogen
misschien toch een ankerlicht
of grazig dal ontwaren.
Waar vrede wenkt en troost.
Al blijft het hooglied van weleer
in niets te evenaren.

Kris Gelaude

4 De kinderen

Ook al willen we kinderen het verdriet besparen, de dood hoort onvermijdelijk bij het leven. Het is goed om kinderen niet afzijdig te houden, maar;hen – rekening houdend met leeftijd en eigenheid – bij het sterven en het afscheid te betrekken. Wanneer u dit wenst, kan u beroep doen op **verschillende professionele hulpverleners** die u hierbij kunnen helpen – zowel binnen als buiten het ziekenhuis. Psychologen, rouwtherapeuten, ... geven u graag tips bij het communiceren met kinderen, over herinneringsboekjes, hulpmiddelen bij het rouwen. Er bestaat heel wat goede literatuur voor kinderen en jongeren.

In het ziekenhuis is er **Het Vlinderhuis**. Elke woensdagnamiddag kunnen kinderen en jongeren er terecht met hun vragen en zorgen omtrent dood, verdriet, angst, afscheid... Emoties waar ze niet altijd woorden voor vinden, kunnen kinderen vaak wel kwijt in creativiteit en spel.

Sommigen kinderen en jongeren hebben meer nood aan individuele ondersteuning. Ook daarvoor kunt u in Het Vlinderhuis terecht.

Het Vlinderhuis bevindt zich in de Wilgenstraat, vijfde verdieping.
Telefoon: 051 23 81 87. Meer info op de website van AZ Delta.

5 Literatuur

Op zoek naar woorden van troost, tips bij het afscheid nemen, inzicht in het rouwproces kan u bij verschillende auteurs terecht. Manu Keirse, Riet Fiddelaers-Jaspers, Marinus Van den Berg, Johan Maes zijn zeker aan te bevelen. Woorden van troost vindt u bij Kris Gelaude.

Hoor de stilte
daar wonen zij,
onze geliefden,
die zijn heengegaan

Kris Gelaude

Notities

Contact

Wanneer u achteraf nog vragen hebt bij deze laatste periode,
als u zich zorgen maakt of nog iets met ons wil delen,
mag u gerust contact opnemen
met de verpleegafdeling waar uw naaste gestorven is
of de ziekenhuismedewerkers die u in deze periode nabij waren.

Dienst .....
t .....
e .....**@azdelta.be**

Medewerker .....
t.....
e .....**@azdelta.be**

Medewerker .....
t .....
e .....**@azdelta.be**

www.azdelta.be

Bron: dienst spirituele zorg, 24 september 2019

AZ Delta Deltalaan 1, 8800 Roeselare **t** 051 23 71 11 **e** info@azdelta.be **w** www.azdelta.be
0520 5896-NL **Deze brochure is laatst aangepast op 20/04/2020**