

Levensmoeheid bestrijd je niet met medicijnen

Het is niet uitsluitend aan artsen om een antwoord te bieden op levensmoeheid bij ouderen. ‘Dat is een opdracht voor de hele samenleving’, zegt Robert Geeraert, consulent woonzorg en levenseinde.

VAN ONZE REDACTRICE VEERLE BEEL

BRUSSEL Ook ouderen die geen zelfdoding of euthanasie overwegen, kunnen het zwaar vinden om voort te moeten leven. Ze vragen de dokter waarvoor die pilletjes nog nodig zijn, vertellen hun gezinshulp dat ze het beste gehad hebben, of verzuchten ‘dat je niet doodgaat wanneer je dat zou willen’.

Zoals meneer Somers, een 80-jarige burgerlijk ingenieur, die na het overlijden van zijn vrouw naar een woonzorgcentrum verhuisde. Zijn zoon woont met vrouw en kinderen in het buitenland. Hij is verlamd aan beide benen sinds een hersenbloeding van enkele maanden geleden en geeft te kennen dat hij niet wil voortleven.

Na enkele gesprekken met het zorgteam blijkt dat de man zich eenzaam en nutteloos voelt. Vanwege een verminderd zicht (cataract) kan hij niet meer doen wat hij altijd zo graag deed: lezen.

Scootmobiel

Het team stelt een plan van aanpak voor, dat multidisciplinair is. Een psycholoog zal meneer Somers begeleiden bij zijn rouwverwerking. Een oogarts zal zijn ogen opereren, zodat hij weer kan lezen. De zoon koopt een scootmobiel voor zijn vader, zodat hij zich zelfstandig kan verplaatsen. Een vrijwilliger zal een keer in de week boeken uit de bibliotheek brengen. En tweemaal in de week komt er een leerling uit het middelbaar onderwijs langs voor huiswerkbegeleiding wiskunde. Meneer Somers kan daar weer even mee verder.

Het voorbeeld komt uit *‘Levensmoeheid bij ouderen, een praktische handleiding’*, waarvan Robert Geeraert, consulent woonzorg en levenseinde, de samensteller is. In het boek vertellen zo’n twintig zorgverleners uit diverse disciplines hoe zij met het gegeven omgaan.

‘Waarom voelen almaar meer ouderen zich overbodig? Het is een verontrustende evolutie. We moeten hier samen een antwoord op bieden’, zegt Geeraert. ‘Artsen kunnen dit niet alleen, omdat het geen puur medisch probleem is. Er is een multidisciplinaire aanpak nodig. En een maatschappelijk debat, over de rol van ouderen in de samenleving.’

‘Zorgverleners kunnen een aanbod doen, maar het staat de ouderen vrij om daarop in te gaan. Als een bewoner zegt: “Laat mij gerust”, moeten we dat ook respecteren.’

Op een studiedag in het Kenniscentrum Gezinswetenschappen bevestigden directeurs van woonzorgcentra dat ze almaar vaker de strijd moeten aanbinden tegen levensmoeheid bij ouderen. Soms lukt dat, soms niet.

Een goede trend is de omvorming van de animatorfunctie in woonzorgcentra naar 'begeleiders wonen en leven', zegt Marc Dierick, directeur van het wzc Molenstee van het OCMW van Kampenhout. Die nieuwe functieomschrijving is opgenomen in het nieuwe woonzorgdecreet.

Dierick zegt dat hij de 'begeleiders wonen en leven' in zijn woonzorgcentrum carte blanche geeft: 'Eindelijk kunnen we af van het Club Med-gevoel dat aan de animator kleefde. Ik verwacht van hen geen lijst met activiteiten. Zij moeten erop toezien dat het leven van onze bewoners aansluit bij het leven dat ze altijd geleid hebben. Ik denk dat we zo een dam kunnen opwerpen tegen levensmoeheid. Ambitieuus? Ja, natuurlijk. Maar ik ben ervan overtuigd dat we minstens een deel van de bewoners zullen helpen de kracht te vinden om ook een zorgvragend leven niet beu te worden.'

'Levensmoeheid bij ouderen' is een uitgave van Politeia en Leif.