



HET ZORGRAPPORT

We willen vooral niemand tot last zijn aan het einde van ons leven

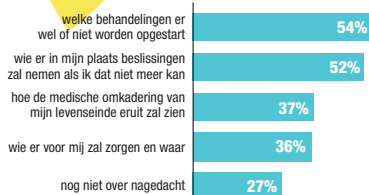
De Limburger heeft graag de regie in handen als het over zijn of haar levenseinde gaat. Toch zijn we ook bang. Dat blijkt uit het derde deel van Het Grootste Limburgonderzoek Ooit: Het Zorgrapport.

HET ZORGRAPPORT
DIEPENBEEK/HASSELT
Miranda Gijzen

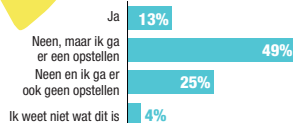
Ik ben bang dat ik aan het einde van mijn leven:



Ik wil zelf vooraf beslissen:



Ik heb een geschreven wilsverklaring:



Bijna 8.900 Limburgers namen deel aan het onderzoek van Het Belang van Limburg en de Universiteit Hasselt. De afgelopen week brachten we de opvallendste resultaten rond de thema's ouder worden, wonen en levenseinde. In de laatste aflevering staan we stil bij de wilsverklaring: in hoeverre heeft u al nagedacht over de zorg die u wil bij het einde van uw leven?

1. Veel angst om de controle te verliezen

Aan het einde van het leven is 64 procent van de Limburgers bang om nodeloos te lijden. Ook is ruim 64 procent bang dat ze beslissingen van anderen moeten ondergaan. Driekwart heeft angst om zijn waardigheid te verliezen. Maar liefst acht van de tien Limburgers zijn bang om anderen tot last te zijn.

"We maken ons duidelijk zorgen over de laatste periode van ons leven. Zo vreest 80 procent dat ze anderen tot last zullen zijn, terwijl 89 procent aangeeft dat niet te willen", duidt professor medische ethiek Wim Pinxten (UHasselt).

54 procent van de respondenten wil zelf beslissen over welke behandelingen wel of niet worden opgestart en 52 procent wil zelf beslissen over wie dat in zijn of haar plaats mag bepalen.

"60% van de respondenten heeft zijn voorkeuren rond medische zorgen en het levenseinde nog niet besproken of vastgelegd"

Wim Pinxten
Professor medische ethiek UHasselt



37 procent wil een stem in hoe de medische omkadering er zal uitzien bij het einde van het leven en/of wie er voor hem of haar mag zorgen, en waar dat mag gebeuren. "Toch heeft 60 procent van de respondenten zijn voorkeuren rond medische zorgen en het levenseinde nog niet besproken of vastgelegd", stelt professor Pinxten vast. "Daarvoor zijn een aantal redenen te bedenken: het is niet dringend, er is geen aanleiding, niemand neemt het initiatief. Toch zijn ze mensen belangrijk, op elk moment in het leven. Niemand weet immers zo goed wat we willen als wijzelf."

"Het is dus goed om daarover na te denken én om erover te spreken met je naasten, je huisarts of andere zorgverleners. Zo wordt het mogelijk om je wensen beter te respecteren. En het ontlast mensen uit je omgeving die soms moeilijke beslissingen in jouw plaats moeten nemen op het moment dat je dit zelf niet meer kan. Dat soort beslissingen geeft vaak spanning en onzekerheid, zeker als we niet weten hoe die persoon daar zelf over dacht."

2. We maken plannen om een wilsverklaring op te stellen

Een kwart van de respondenten heeft geen plannen om een geschreven wilsverklaring op te stellen. 13 procent heeft een geschreven wilsverklaring en 49 procent plant om er een op te stellen in de toekomst.

"Een wilsverklaring is niet iets dat je in vijf minuten opstelt aan de keukentafel. Je wensen bespreken met iemand of neerschrijven op papier kan erg confronterend zijn. Sommige gedachten hebben ook tijd nodig om te rijpen of kunnen veranderen naargelang je levensloop", vertelt Pinxten.

➔ Heeft u na het lezen van dit artikel nood aan een gesprek? Tele-Onthaal is 24/7 gratis bereikbaar op het nummer 106 of via chat (www.tele-onthaal.be).

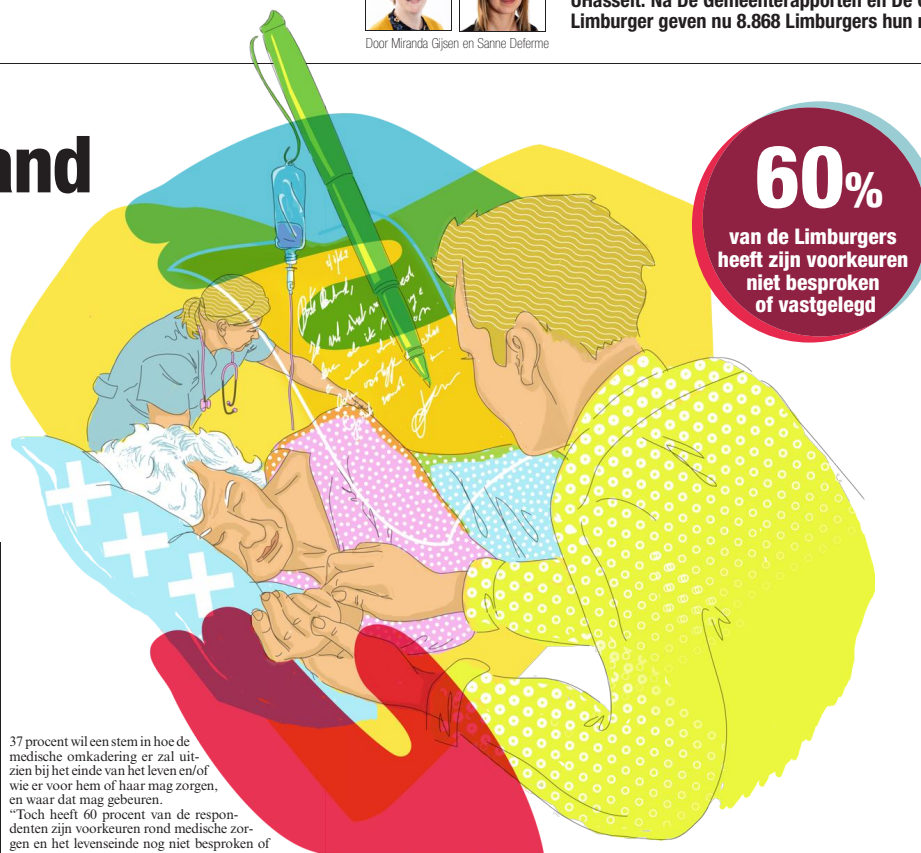


Door Miranda Gijzen en Sannie Deferme

Het Zorgrapport is het derde onderzoek van Het Grootste Limburgonderzoek Ooit van Het Belang van Limburg en UHasselt. Na De Gemeenterapporten en De Ondernemende Limburger geven nu 8.868 Limburgers hun mening over zorg.



Meer lezen?
Ontdek het dossier in onze app



Illustratie Edith Dupont

Zorgplanning in het woonzorgcentrum

De Hasseltse huisarts Gert Ghijsebrechts introduceerde ruim tien jaar geleden de voorafgaande zorgplanning in de Vlaamse woonzorgcentra.

"Ouderen in woonzorgcentra zijn een bijzonder kwetsbare groep met een hoge behoefte aan zorg, waarbij het respect voor de uitgedrukte wil van de bewoner vooropstaat", vertelt dokter Ghijsebrechts, die ook coördinerend arts is in woonzorgcentrum Hogeveit in Hasselt. "In overleg met de bewoner, zijn naasten en de betrokken zorgverleners gaan we na wat de bewoner medisch gezien nog wel of niet wil. Nog antibiotica toedienen of niet? Wel of niet naar het ziekenhuis? Wel of niet rea-

nimeren? Daarnaast gaan we ook in gesprek over welke zorg de bewoner wenst: alles doen om het leven te verlengen, behouden van de functies of comfort-zorg? Op die manier gaan we na welke zorg we kunnen bieden, rekening houdend met de beperkingen die iemand heeft", zegt dokter Ghijsebrechts. Het natuurlijk stervensproces moet naast zorgplanning ook een plaats kunnen krijgen in onze maatschappij, vindt de arts. "We kunnen blijven ingrijpen, maar welke zin heeft dat als we mensen geen levenskwaliteit meer kunnen bieden? Die therapeutische verbetering moeten we durven voorkomen, zodat er een menswaardig stervensproces kan plaatsvinden", besluit Ghijsebrechts. (mvg)



"In overleg met de bewoner, zijn naasten en de zorgverleners gaan we na wat de bewoner medisch gezien nog wel of niet wil", zegt huisarts Gert Ghijsebrechts. FOTO SYEN DILLEN

"Hoe vroeger je nadenkt over zorgplanning, hoe beter"

Voorafgaande zorgplanning lijkt vaak verbonden met doodgaan. Hoewel het in se over leven gaat. De centrale vraag is: hoe wil ik het laatste deel van mijn leven doorbrengen?

Zorgplanning gaat dus over meer dan sterven alleen. Het is een continu en aanpasbaar proces waarbij je nadenkt over wat je wil of niet wil wanneer je ernstig ziek zou worden of wanneer je wil niet langer kan uitspreken. Maar wanneer begin je daaraan?

"In de praktijk zien we dat mensen hier vooral bij stilstaan als ze

zelf geconfronteerd worden met een ernstige diagnose, of als er iemand in hun naaste omgeving is overleden op een manier die ze voor zichzelf liever niet willen meemaken. Of als ze hoogbejaard zijn en vinden dat het tijd wordt om daaronder iets te regelen", zegt professor palliatieve geneeskunde Wim Distelmans (VUB).

Sleutelmomenten

"Hoe vroeger je erover nadenkt, hoe beter", vindt dokter Jan Stulens, equipaarts bij Pallion. "Want ook jonge mensen kunnen een slechte diagnose krijgen of betrokken raken bij een ernstig ongeval. Dat neemt niet weg

dat iemand vandaag misschien anders denkt over het levenseinde dan over 20 jaar. Daarom is het belangrijk dat het zorgplanningsproces een 'levend' iets blijft. Het mag vooral geen lijstje zijn dat men snel afinkt en dat nadien jaren onaangevoerd in een medisch dossier verdwijnt. Door verschillende gesprekken te voeren met naasten, met de eigen huisarts en/of andere betrokken zorgverleners, kan men zich een beter beeld vormen rond de precieze inhoud en betekenis van wilsverklaringen en de zorg die men nog wel of niet wil, wanneer men wilsonbekwaam is. Het is bovendien erg belangrijk om zogenaamde 'sleutelmo-

menten', wanneer bijvoorbeeld iemand een ernstige diagnose krijgt of wordt opgenomen in een woonzorgcentrum, aan te grijpen om het zorgplanningsgesprek te heropenen en te actualiseren. "Ook de aanvang van de palliatieve fase vormt zo'n sleutelmoment: het vroeg introduceren van palliatieve zorg staat garant voor een waardevol zorgplanningsproces in de laatste levensfase. Een palliatieve thuiszorg-equipe (Pallion) kan, naast het geven van ondersteuning en advies rond kwaliteitsvolle levens-eindezorg, ook dergelijk proces mee uitklaren en begeleiden." (mvg)



"Zorgplanning mag geen lijstje zijn dat jaren onaangevoerd in een medisch dossier verdwijnt", zegt Jan Stulens, equipaarts bij Pallion. FOTO KURT LESSENS



HET ZORGRAPPORT

Zo kan u uw zorg voorafgaand plannen

Van bij onze geboorte staat vast dat we ooit zullen overlijden. Op welk moment of op welke manier, daarvan is niemand zeker. **Maar we kunnen er ons wel op voorbereiden.**

HET ZORGRAPPORT
HASSELT
Miranda Gijzen

Wie op zoek gaat naar informatie rond voorafgaand zorgplanning ziet vaak door de bomen het bos niet. "Net daarom hebben we het LEIF-plan ontwikkeld, waarin alle vijf wilsverklaringen zitten om het de mensen gemakkelijk te maken. Ze werden nagelezen door de juristen van de FOD Volksgezondheid. Dit LEIFplan is gratis te verkrijgen via de apotheek of te downloaden op leif.be", zegt professor palliatieve geneeskunde Wim Distelmans (VUB). "Wie vragen heeft rond dit thema kan sinds kort ook terecht in het Huisartsencentrum Maasmechelen en Dienstencentrum De Piepel in Tongeren tijdens een LEIFsprekbeurt", vertelt reumatoloog en voorzitter van LEIF Limburg Kristof Thevissen. "Binnenkort komt daar ook Vilomah vzw in Sint-Truiden bij. Zo hopen we stilaan over heel de provincie onafhankelijke LEIFpunten te openen. Uiteraard kunnen mensen hiervoor ook terecht bij hun eigen huisarts of in het Huis van de Mens waar opgeleide LEIFconsulenten hun te woord staan."

"We hopen stilaan over heel de provincie onafhankelijke LEIFpunten te openen"

Kristof Thevissen
Voorzitter LEIF Limburg



Dr. Kristof Thevissen, voorzitter van LEIF Limburg. FOTO BOUMEDIENE BELBACHIR

Maar hoe begin je daar aan? "Ook dat is vaak voor veel mensen moeilijk. Daarom ontwikkelden we samen met de Vlaamse overheid de Doelzeker. Die helpt mensen nadenken over wat zij belangrijk vinden in het leven, wat ze graag doen en wat hen levenskwaliteit bezorgt. Zo kunnen ze concrete levensdoelen formuleren die ze vervolgens kunnen gebruiken in de gesprekken met hun zorgverleners", zegt Ilse Weeghman, directeur van het Vlaams Patiëntenforum. Om uw zorg voorafgaand te plannen, kan u verschillende wilsverklaringen opstellen. Daarmee ligt uw wil niet voor eeuwig en altijd vast: u kunt er steeds op terugkomen, zolang u wilsbekwaam bent.

1 Wat zijn wilsverklaringen?

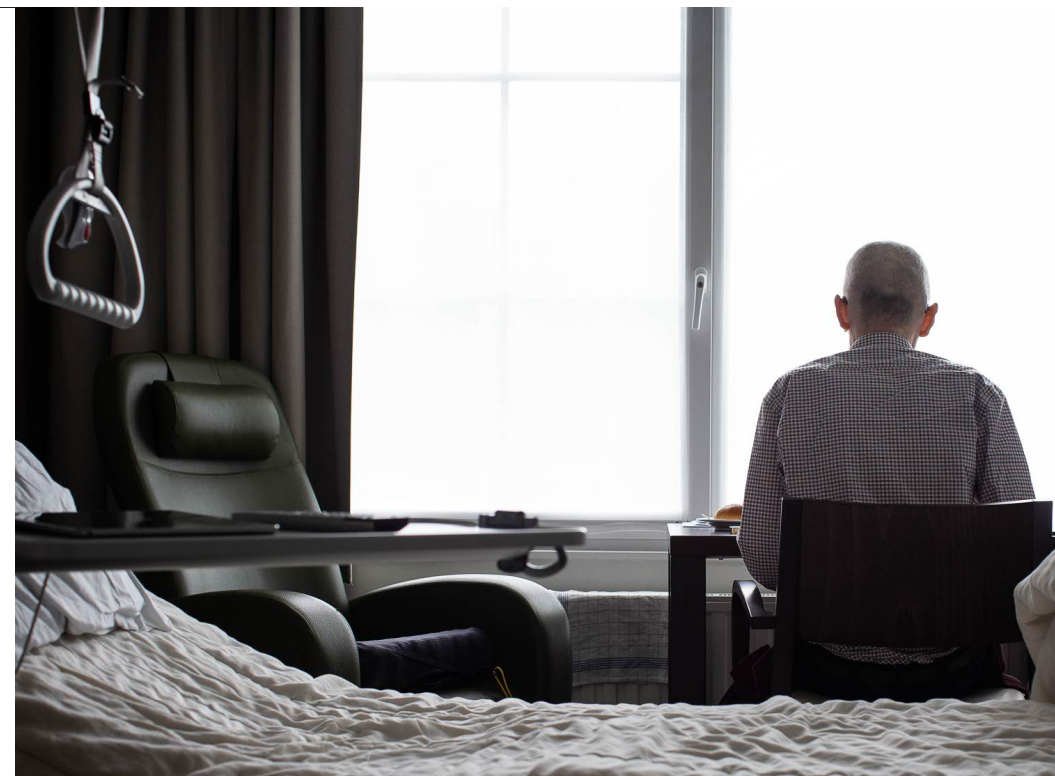
Wilsverklaringen zijn documenten waarin u duidelijke richtlijnen geeft over een aspect van uw levenseinde voor het geval er zich situaties voordoen waarbij u zelf uw wensen niet meer kan uitdrukken. Het zijn dus documenten voor 'later', wanneer u niet meer bij bewustzijn bent of door ziekte, coma, verlamming, dementie... uw wil niet meer kan uiten.

Zolang u uw wil nog kan uiten, heeft u geen wilsverklaring nodig. Een zorgverlener moet namelijk altijd eerst uw toestemming vragen voor een onderzoek en/of behandeling mag worden opgesteld. Toch is het belangrijk om er ook nu al over na te denken. Stel dat er u iets overkomt waardoor u zelf uw wil niet meer kan uiten, dan kan uw vertegenwoordiger toch uw beslissingen medelen op basis van uw wilsverklaring. Artsen en andere zorgverleners moeten hiermee rekening houden.

2 Welke wilsverklaringen zijn er?

In ons land bestaan er vijf wilsverklaringen die u voorafgaand aan uw wilsbekwaamheid kan opstellen. U bent uiteraard niet verplicht om ze in te vullen. Al deze wilsverklaringen zijn rechtsgeldig, dit betekent dat anderen hier later rekening mee moeten houden.

→ **Voorafgaand negatieve wilsverklaring**
Hierin staat zo nauwkeurig mogelijk beschreven welke behandelingen/onderzoeken/zorg u weigert, indien u onherroepelijk wilsbekwaam bent geworden. Daarin kan u een vertegenwoordiger aanduiden die uw wensen zal verdedigen wanneer u niet meer wilsbekwaam bent. De verklaring is onbeperkt geldig, kan op elk moment door uzelf worden aangepast en is juridisch afdwingbaar. Naast uw exemplaar voorziet u best een exemplaar voor uw arts, vertegenwoordiger en/of familieleden.



naam, wil euthanasie, datum van verzoek en handtekening. En vervolgens moet je aan vier voorwaarden voldoen: wilsbekwaam zijn; het vrijwillig, herhaald en duurzaam vragen; je moet een ernstige, ongeneeslijke aandoening hebben, veroorzaakt door ziekte of ongeval; en je moet hierdoor ondraaglijk lijden."

→ Voorafgaand wilsverklaring euthanasie

Deze verklaring kan u opstellen indien u euthanasie wenst ingeval u in een onomkeerbaar comateuze toestand komt. De wilsverklaringen die na 2 april 2020 zijn herzien, herbevestigd of opgesteld zijn levenslang geldig. Wilsverklaringen die opgesteld zijn voor deze datum vervallen na vijf jaar en moeten dus nog eenmaal worden herbevestigd. U kunt deze wilsverklaring laten registreren bij de gemeente, maar brengt zeker ook uw arts en naasten op de hoogte.

"Veel mensen denken dat ze via deze voorafgaand wilsverklaring euthanasie hun 'papieren' voor euthanasie in orde hebben. Maar dat is een groot misverstand", duidt professor palliatieve geneeskunde Wim Distelmans (VUB). "Via dit document heb je enkel vooraf geregeld dat je euthanasie wenst als je in een coma raakt die onomkeerbaar is. Dat moet door een arts worden vastgesteld. Voor alle andere gevallen is er een schriftelijk verzoek nodig. Dat schriftelijk verzoek kan bij wijze van spreken op een bierviltje worden genoteerd: Ik, voornaam en



Door Miranda Gijzen en Sannie Deferme

Het Zorgrapport is het derde onderzoek van Het Grootste Limburgonderzoek Ooit van Het Belang van Limburg en UHasselt. Na De Gemeenterapporten en De Ondernemende Limburger geven nu 8.868 Limburgers hun mening over zorg.



Meer lezen?
Ontdek het
dossier in
onze app

3 Hoe ga je aan de slag met een wilsverklaring?

Denk na over een aantal levens(einde)vragen. Informeer u. Praat erover met uw naasten en zorgverleners. Stel een vertegenwoordiger aan. Vul de documenten in die voor u belangrijk zijn. Stuur de documenten bij indien nodig, dit kan op elk moment zolang u wilsbekwaam bent.

4 Wat is een vertegenwoordiger of vertrouwenspersoon?

Zolang u wilsbekwaam bent, oefent u zelf uw rechten uit. Wat niet uitsluit dat u nood kan hebben aan iemand die u bijstaat tijdens contacten met artsen of zorgverleners, de zogenaamde vertrouwenspersoon. Via een formulier kan u uw vertrouwenspersoon aanduiden, hij of zij mag wel niets in uw plaats beslissen, ook niet als u wilsbekwaam bent. Vanaf het moment dat u niet langer wilsbekwaam bent, zal een vertegenwoordiger uw rechten uitoefenen. De vertegenwoordiger moet steeds uw wil vertolken en handelen in uw belang als patiënt. De vertegenwoordiger die u via een officieel document aanduidt mag ook uw vertrouwenspersoon zijn.

5 Wat is een zorgvolmacht?

U kunt bij uw notaris vastleggen wie uw financiële zaken mag regelen op het moment dat u dat niet meer kan. Sinds 1 maart 2019 kan u ook in uw zorgvolmacht laten opnemen wie er in uw plaats uw persoonlijke zaken mag regelen. Zo kan u bijvoorbeeld aanduiden in welk woonzorgcentrum u graag zou verblijven, wie uw behandelend arts is of wie uw patiëntenrechten mag uitoefenen. Als u dit laatste vastlegt in een zorgvolmacht, dan is deze persoon in principe ook uw vertegenwoordiger.

Let wel op: artsen en zorgverleners hebben geen toegang tot de zorgvolmacht die door de notaris is geregistreerd. Het is daarom belangrijk om een ondertekend document te bezorgen aan uw zorgverleners en in uw medisch dossier te laten noteren wie uw vertrouwenspersoon en vertegenwoordiger is. Informeer u dus goed vooraf.

6 Waar kan ik terecht voor meer informatie?

→ **Het LevensEinde Informatie Forum:**

www.leif.be of www.leiflimburg.be
tel. 078/15.11.55

→ **Huis van de Mens Limburg:**

www.vrijzinniglimburg.be
tel. 011/21.06.54

→ **Netwerk Palliatieve Zorg Limburg:**

www.npzl.be
tel. 011/81.94.72

→ **Palliatieve Limburgse Ondersteuningssequipe (Pallion):**

www.pallion.be
tel. 011/81.94.74

→ **Info voor zorgverleners via de LEA app:**

www.levensindeapp.be

→ Voor nog meer informatie: www.hbvl.be

→ Verklaring wijze van teraardebestelling

U kunt zelf bepalen wat er met uw lichaam gebeurt na uw overlijden. Die keuze kan u laten vastleggen in de laatste wilsbeschikking (wijze van teraardebestelling). De verklaring wordt geregistreerd in het bevolkingsregister. Bij elk overlijden gaat de gemeente na of de overledene een laatste wilsbeschikking heeft laten registreren.

→ Verklaring voor orgaandonatie

In België is iedereen na overlijden potentieel orgaandonor, tenzij iemand zich daar bij leven expliciet tegen heeft verzet. Indien er niets geregistreerd staat, zullen artsen altijd de familie bevragen over hoe hun familielid tegenover orgaandonatie stond. Maar u kunt uw keuze ook officieel laten registreren bij de gemeente of via mijngezondheid.be. Sinds 1 juli 2020 kan u vier keuzes maken rond het wegnemen van menselijk lichaamsmateriaal na overlijden.

→ Lichaamsschenking aan de wetenschap

Als u dat wilt, kunt u uw lichaam na uw overlijden ter beschikking stellen van de wetenschap. Uw lichaam wordt dan gebruikt voor medisch-wetenschappelijk onderwijs en onderzoek. U neemt daarvoor contact op met de medische faculteit van uw keuze. Deze informeert u over de verdere procedure.



Professor palliatieve geneeskunde Wim Distelmans. FOTO GUY PUTTEMANS