

Een gepast afscheid? Voor vier op vijf nabestaanden lukte het niet

De kist ging meteen dicht, de begrafenis werd via Whatsapp geregeld en er waren maar tien mensen welkom. 'Er was nochtans plaats genoeg in de zaal', zegt Saavik Gevers over de uitvaart van haar oma.

Veerle Beel



Regina De Belder en Saavik Gevers: 'Gelukkig heeft oma via de gsm nog met elk kleinkind kunnen praten.' Fred Debrock

De grootmoeder van Saavik Gevers is op 7 april overleden in wzc De Spoele in Sint-Niklaas. Dat was op het hoogtepunt van de coronasterfte in de woonzorgcentra. 'Ze is niet getest op covid-19, maar ze had er alle symptomen van. Eerst werd ze zwaar ziek, toen leek ze aan de beterhand, en dan is ze ineens in een paar dagen tijd gestorven.'

'Mijn moeder, die verpleegkundige is, had het geluk dat ze elke dag bij haar mocht zijn. Helemaal ingepakt, dat wel. Zelf heb ik geen afscheid kunnen nemen. Gelukkig heeft mijn oma via de gsm van mijn moeder nog met ieder kleinkind kunnen spreken en hebben we nog naar elkaar kunnen wuiven.'

Regina De Belder, de moeder van Gevers, is nog altijd blij dat zowel het rusthuis als haar eigen werkgever haar de kans gaf om bij haar moeder te blijven in haar laatste dagen. 'Elders op de gang lagen

bewoners helemaal alleen te sterven. Pas op, ik heb veel respect voor het zorgpersoneel. Er is veel op hen gespuwd, maar ze hebben hun - uiterste best gedaan. Er was toen veel onwetendheid over het virus. Sindsdien heeft iedereen veel bijgeleerd.'

‘Laat nabestaanden voelen dat ze gezien en erkend worden in hun verdriet. Ook in deze tweede golf blijft dat belangrijk’

Liesbeth Van Humbeek
Onderzoekster UGent

De familie mocht na het overlijden niet terug naar de kamer. De meubels moesten – het liefst zo snel mogelijk – opgehaald worden uit de kelder van het woonzorgcentrum. ‘Dat zal ik niet snel vergeten’, zegt Gevers. ‘We moesten naar min twee. Daar stonden nog meubels van andere mensen. Het licht ging om de haverklap uit, en ik moest mijn moeder ondersteunen.’

Zonder warme zorg

‘Ook vond ik het lastig dat wij niet naar de uitvaart mochten omdat er maar tien mensen toegelaten waren. Je ziet je moeder verdriet hebben, je verstaat amper wat er voorgelezen wordt. In die zaal was nochtans veel plaats. Ik hoop dus dat de regering het aantal aanwezigen op uitvaarten, dat nu op veertig ligt, niet weer zal beperken.’

De Belder betreurt dat ze geen afscheid heeft kunnen nemen van de kist: ‘Zelfs niet vanachter glas.’

Het mag duidelijk zijn dat afscheid nemen van mensen die tijdens de eerste coronagolf aan covid-19 overleden, niet gemakkelijk is geweest. Onderzoekster Liesbeth Van Humbeek (UZ Gent) bevroeg 165 nabestaanden over hun rouwproces. Het betrof zowel overlijdens in woonzorgcentra als in ziekenhuizen. De conclusie is, niet echt verrassend, dat vier op de vijf geen gepast afscheid hebben kunnen nemen. ‘Zowel vóór het overlijden als erna was er een gebrek aan communicatie met het zorgpersoneel. De covid-epidemie zet de - gezondheidszorg zwaar onder druk, waardoor warme zorg aan het

levenseinde er veelal bij ingeschoten is. Nu de sterftcijfers weer omhoog gaan, is het belangrijk om daar even bij stil te staan, en te bekijken wat beter kan.'

'We weten dat er alternatieven zijn, wanneer fysieke aanwezigheid niet mogelijk is. Waken is als ritueel zo belangrijk! Als het niet fysiek kan, laat stervenden dan ook via video of telefoon contact houden met hun dierbaren. Dat is toen onvoldoende gebeurd. In de ziekenhuizen hebben psychologen daarin vaak een ondersteunende rol op zich genomen. Ze verzorgden de communicatie met de familie. In de woonzorgcentra ontbreekt die functie vaak. Verpleegkundigen en zorgkundigen zijn niet altijd in staat om die rol op zich te nemen, ook al omdat ze volop in de zorg zitten.'

Ook na het overlijden stonden veel nabestaanden in de kou, zegt Van Humbeeck. 'Velen zeggen dat ze het liefst steunen op hun vrienden en familie, maar dat ze zich juist minder met hen verbonden voelen. Door de almaar striktere maatregelen wordt ons sociaal weefsel uitgedund. Toch kunnen we met z'n allen de hand reiken aan mensen van wie we weten dat ze rouwen. Bel ze eens spontaan op, schrijf een brief of stop een kaartje in de bus. Laat deze mensen voelen dat ze gezien en erkend worden in hun verdriet. Ook tijdens deze tweede golf blijft dat belangrijk.'

Regina De Belder zegt dat ze heel veel steun heeft aan haar dochter en haar kleindochter, op wie ze geregeld past. 'Wij vormen samen een bubbel. En ik droom vaak over mijn moeder. Het zijn gelukkig altijd leuke dromen.'

Slechts een op drie kon fysiek afscheid nemen

Slechts een kwart van de nabestaanden wist wie het aanspreekpunt in de zorg was voor hun naaste.

Een op de drie kreeg geen info over het nakende overlijden, 71 procent had het niet verwacht.

Bij een op de drie was de naaste niet meer bij bewustzijn toen ze die voor het laatst zagen.

Slechts een op de drie heeft fysiek afscheid kunnen nemen.

Een op de zes vindt dat hij niet rouwt zoals het zou moeten. Evenveel mensen nemen het zichzelf kwalijk dat ze niet beter voor de overledenen gezorgd hebben. (vbr)