

Helpen met heup en hoofd

Voor wie uit het ziekenhuis nog niet direct naar huis kan én voor wie het thuisfront even rust wil gunnen, biedt Charim de mogelijkheid van kortdurende opname. Bijvoorbeeld in De Schakel (in De Engelenburgh) in Veenendaal. Een gesprek met fysiotherapeute Rianne Dogterom en verzorgende Herma van Driel.

Rianne: 'We krijgen hier mensen die iets gebroken hebben of komen opknappen na een ernstige ziekte of operatie aan heup of knie. Doel is steeds dat cliënten weer zo zelfredzaam worden dat ze terug naar huis kunnen, eventueel met thuiszorg.' Daar werkt een heel team samen naar toe: arts, ergotherapeut, diëtiste, fysiotherapeut en verzorgenden.

'Stimuleren' is het sleutelwoord. Rianne stimuleert de mensen met functionele oefeningen, Herma spoort hen aan weer voor zichzelf te gaan zorgen: 'In het ziekenhuis werden de cliënten op bed gewassen.' Wij zeggen: 'Probeer u zich op de rand van uw bed zelf te wassen.' Uiteraard begeleiden we wel, maar we laten het de mensen zoveel mogelijk zelf doen.'

Grenzen

Rianne: 'Ik activeer en motiveer. Hoeveel wilskracht hebben de mensen? Maar ook: Hoe is hun gezondheid en kunnen wij ze nog wat aanleren? Sommigen hebben naast een nieuwe heup ook suikerziekte, naast een vervangen knie ook een hartkwaal. Ik moet het totaalplaatje bekijken.'



Dan weet ik hoeveel - of hoe weinig - mensen kunnen oefenen. Daarnaast wijs ik op de waarde van hun leven, wat ze allemaal nog wél kunnen. Vaak moeten zij hun grenzen leren accepteren. Dingen loslaten, zoals fietsen. Er zijn er ook die besluiten dat ze niet weer willen leren lopen. Die grens moet ik dan accepteren.'

Als mensen bijna naar huis kunnen, zijn ze soms onzeker. Herma relateert: 'We laten mensen oefenen met zelf koffie zetten, sap inschenken, brood klaarmaken. En ze gaan op proefverlof om te ervaren dat het best lukt. En als het toch tegenvalt, dan monteren wij ze op. Als uiteindelijk blijkt dat het toch niet gaat, zoekt De Schakel naar andere vormen van zorg.'

Voldoening

Dat ze de meeste mensen ziet opknappen, vindt Herma het mooiste van haar werk. 'Ze komen soms erg ziek binnen. Op een gegeven moment kunnen ze tien minuten uit bed. En na een paar maanden gaan ze lopend naar huis!' Rianne is blij als ze cliënten zoveel mogelijk kwaliteit van leven kan geven. 'En echte aandacht! Laatst kwam een mevrouw gedag zeggen. "Je hebt me niet alleen hiermee geholpen," zei ze, met haar hand op haar heup, "maar ook hiermee." En ze wees op haar hoofd. Dat motiveert mij.'

