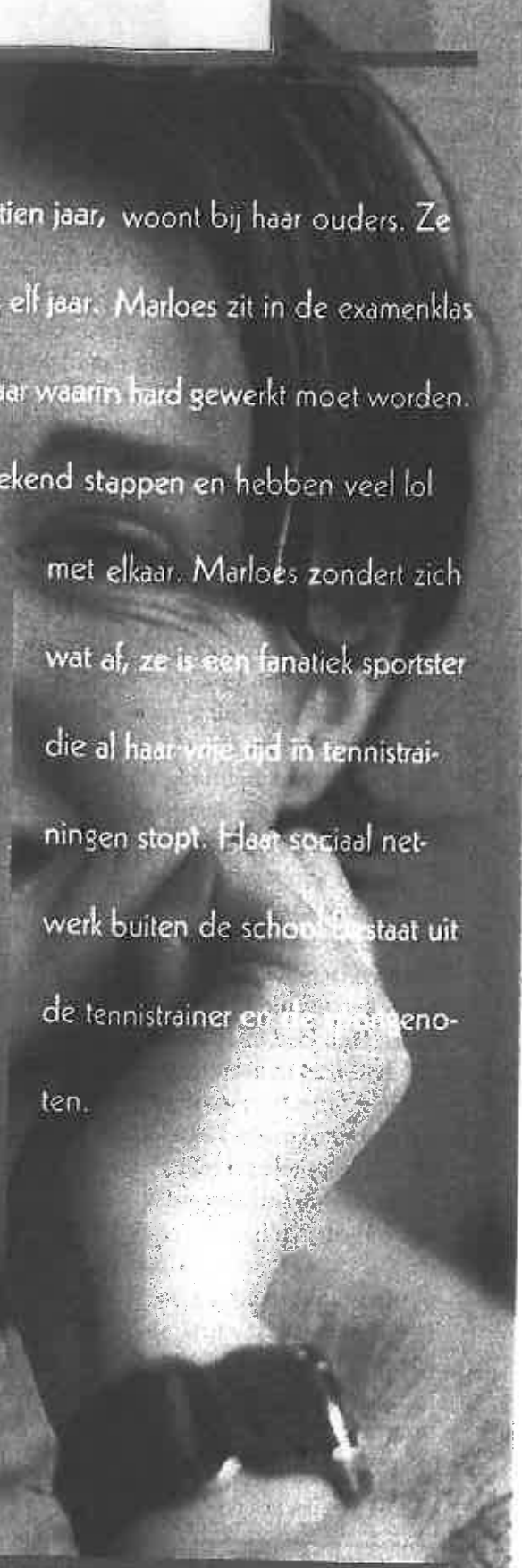


Casus Marloes

Marloes, een scholiere van achttien jaar, woont bij haar ouders. Ze heeft een broertje: Jasper. Hij is elf jaar. Marloes zit in de examenklas van het VWO; een spannend jaar waarin hard gewerkt moet worden. Haar klasgenoten gaan ieder weekend stappen en hebben veel lol

met elkaar. Marloes zondert zich wat af, ze is een fanatiek sportster die al haar vrije tijd in tennistrainingen stopt. Haar sociaal netwerk buiten de school bestaat uit de tennistrainer en de klasgenoten.



Marloes tennist al vanaf haar tiende jaar en heeft een behoorlijk wedstrijd-niveau behaald. Op de tennisbaan komt ze tot leven; gedreven speelt ze haar spel en ze vergeet alles om haar heen. Eigenlijk heeft ze een beetje moeite met haar 'niets doende' studiegenoten. Die vindt ze maar lui en dwaas, maar ze kijkt wel uit om er wat van te zeggen. Marloes is bijna nooit thuis en eenmaal thuisgekomen handelt ze doelgericht haar zaakjes af en gaat vroeg naar bed. "Ik moet zo wel leven: de sport en het examen vragen het uiterste van me. Dat moeten mijn ouders en klasgenoten maar begrijpen."

Een klasgenote, Heidi, ligt in het ziekenhuis, na een ongeval met haar brommer. Ina heeft met haar te doen en neemt het initiatief om geld in te zamelen voor een mooie bos bloemen. Marloes geeft niets: "Ik ken haar nauwelijks, waarom zal ik dan wat geven?" Op dat moment laten de klasgenoten Marloes merken dat ze moeite hebben met haar teruggetrokken gedrag en haar eenzijdige interesse; ze ligt er uit en gezelligheid is er niet meer bij. Marloes gooit haar hoofd in de wind en versterkt haar houding; ze trekt zich nog meer terug en denkt: "Ze bekijken het maar; ze zijn gewoon jaloers en begrijpen niet dat topsport nu eenmaal offers vraagt."

Thuis loopt alles ook niet van een leien dakje: de ouders van Marloes hebben de zorg voor hun moeder van 85 jaar erbij gekregen. Ze is wat aan het kwakkelen



Op de tennisbaan vergeet
Marloes alles om zich heen.

met haar gezondheid en kan soms erg verstrooid reageren. Vooral de moeder van Marloes is veel met haar schoonmoeder bezig. Hierbij gaat het niet alleen om de praktische hulp maar ook om geestelijke inspanning. Ze vraagt zich geregeld af: wat is nog verantwoord? Kan ze nog wel alleen wonen en neemt ze haar medicijnen nog wel in?

Op een dag breekt er brand uit bij oma; ze heeft per ongeluk de elektrische frituurpan op een brandende gaspit gezet. Gelukkig kan ze met een natte dweil de vlam doven. De kunststof buitenkant van de friteuse en de afzuigkap zijn gedeeltelijk gesmolten, de hele benedenverdieping is roetzwart. Vanaf die tijd eet oma geen warm eten meer. Ze durft niet meer te koken. Tegen iedereen zegt ze: "Ik heb heerlijk gegeten en het smaakt me zo lekker!" Maar de groentela in de koelkast blijft gevuld. Als klap op de vuurpijl krijgt ze ook nog griep.

De ouders mopperen op Marloes: "Je bent helemaal niet gezellig en we kunnen van jou weinig steun verwachten." Marloes gaat mokkend naar haar kamer, maar het zit haar niet lekker.

De griep heeft oma zo te pakken dat ze niet meer voor zichzelf kan zorgen. Ze komt niet meer uit bed, wast zich niet en kleedt zich ook niet meer aan. Ze ziet er wat verwaarloosd uit en zegt: "Ik heb totaal geen trek". Daarom vragen de ouders van Marloes aan oma of ze een poosje bij hen in huis komt. Na enige aarzeling stemt oma in en vader haalt haar met de nodige spullen op. Oma - enigszins opgelucht dat er voor haar gezorgd wordt - installeert zich op een bed in de zijkamer. Iedereen voelt zich wat ontheemd; oma mist haar eigen huis en de gezinsleden voelen zich minder vrij. Gelukkig is het maar tijdelijk. De wijkverpleegkundige wordt ingeschakeld voor de persoonlijke zorg van oma.

Marloes heeft vakantie en wat meer tijd. Nu ze ziet hoe hulpbehoevend oma is, beseft ze dat ze toch wel erg op zichzelf gericht is geweest de laatste tijd. Ze steekt de handen wat meer uit de mouwen en volgt met interesse de aanpak van de wijkverpleegkundige. Het valt haar op dat de wijkverpleegkundige bij het binnenkomen eerst aandacht heeft voor oma en hoe het met haar gaat. Ze stelt ook gerichte vragen over hoe ze zich voelt, of ze goed heeft geslapen en of het eten en drinken weer een beetje begint te smaken. De wijkverpleegkundige praat ook nog met de moeder van Marloes over de toestand van oma en neemt de 'Zorgwijzer' door. Dit is een dossier dat thuis ter inzage ligt voor de andere zorgverleners en de familie. Hierin staan alle gegevens over de zorg voor oma. Routinematig verricht de wijkverpleegkundige haar handelingen waarbij ze alle aandacht voor oma heeft. Marloes bemerkt dat oma dit prettig vindt en ziet dat ze heel dankbaar is. Oma knapt zienderogen op; na afloop ligt ze moe maar voldaan in haar bed. Terwijl de wijkverpleegkundige haar bevindingen in het dossier schrijft, is oma al weer van vermoeidheid in slaap gevallen. Voordat de wijkverpleegkundige vertrekt praat ze nog even met Marloes en haar moeder: "Het is belangrijk dat mevrouw goed drinkt - bijvoorbeeld geperste sinaasappels - regelmatig even op de rand van het bed zit en als het kan een stukje loopt. En verder zal rust de genezing brengen". Ze kijkt betekenisvol naar de slapende oma.

Marloes volgt iedere dag met belangstelling de handelingen die de wijkverpleegkundige zo routinematig verricht. Systematisch zet de wijkverpleegkundige de benodigdheden klaar voor het verzorgen van oma. Marloes reageert: "Dat je nooit eens iets vergeet!". "Oh, in het begin vergeet je ook wel eens wat," zegt de wijkverpleegkundige, "maar ik heb geleerd om vooraf alles klaar te zetten, want als je steeds iets moet pakken tijdens de verzorging dan is dit hinderlijk voor de zorgvrager. Die moet dan onnodig lang wachten en koelt te veel af." Marloes kan zich voorstellen dat het voor de zorgvrager heel vervelend is; je zal daar maar

De wijkverpleegkundige helpt oma handig en deskundig.



liggen in je blootje, terwijl de wijkverpleegkundige heen en weer draaft om van alles op te halen. De wijkverpleegkundige legt uit dat het ook lastig is voor de zorgverlener als deze steeds van het werk af moet. Daar kan Marloes zich minder goed iets bij voorstellen. "Ik zal je een voorbeeld geven", zegt de wijkverpleegkundige. "Als ik alles wat ik nodig heb in een keer pak en bij het bed zet, hoef ik minder vaak te lopen dan wanneer ik tien keer heen en weer moet draven omdat ik steeds weer iets mis. Zo word ik minder gauw moe en houd ik meer tijd over voor de zorgvrager."

De wijkverpleegkundige geeft Marloes meer voorbeelden van zaken waaraan ze denkt tijdens het uitvoeren van de verpleegkundige zorg: "Ik denk er aan dat ik mijn handen was voordat ik begin met het helpen van de zorgvrager. Dat doe ik na de afronding van de zorg ook weer." De wijkverpleegkundige vertelt dat ze het bed op werkhoogte zet zodat ze overal gemakkelijk bij kan. En als een bedlegerige zorgvrager tijdens het verschonen van het bed even op de stoel zit, dan let ze op dat hij niet kan vallen. "Zo kan ik nog wel tien voorbeelden noemen van dingen waaraan ik denk tijdens mijn werk." Marloes realiseert zich dat er veel komt kijken bij het verlenen van verpleegkundige zorg. Zorgen lijkt zo vanzelfsprekend. Dat doe je toch gewoon?

"Het lijkt mij moeilijk om alles volgens die regels te doen", zegt Marloes. "Je staat er meestal toch niet bij stil hoe je iets doet. Als ik bijvoorbeeld iets laat vallen, buk ik me om het snel weer op te rapen. Ik denk er dan niet aan om door de knieën te gaan om de rug te sparen. Ik heb het al gedaan voordat ik het beseft!" De wijkverpleegkundige antwoordt dat het ook niet zo gemakkelijk is je oude gewoonten af te leren: "Dat moet je echt willen en er ook wat voor doen. Het gaat niet vanzelf! Een belangrijke motivatie voor mij is, dat het niet alleen je eigen gezondheid ten goede komt - als je bijvoorbeeld door je knieën gaat bij iets oprapen - maar dat je zo ook aan de zorgvrager laat zien hoe het hoort. "Verplegen... dat is toch wel meer dan mensen wassen, aankleden, eten geven, verbinden en spuiten", denkt Marloes bij zichzelf. "Je moet blijikbaar zelf ook gezond leven en anderen het goede voorbeeld geven."

Bij Marloes thuis staat de zorg voor oma al weer een poosje centraal. Oma kan niet alleen zijn en heeft regelmatig hulp nodig bij het eten, drinken en uit bed gaan. Daarom maken de gezinsleden een lijstje, wanneer iedereen weg gaat naar school, werk en andere activiteiten. Ze spreken af dat er altijd iemand aanwezig is om oma te helpen. De wijkverpleegkundige bemerkt de interesse van Marloes en betreft haar regelmatig bij de zorg voor oma en in de gesprekken. De wat jongere Jasper wil oma wel een kopje thee brengen of een boodschap doen. Gelukkig is er een buurvrouw die regelmatig kan bijspringen. Een buurman heeft een auto en biedt aan om boodschappen te doen en medicijnen te halen bij de apotheek. De moeder van Marloes is hier erg blij mee want haar man gaat ook nog een paar dagen naar het buitenland, voor zijn werk. Marloes is het hier niet mee eens, ze vindt dat haar vader deze reis maar moet verzetten: "Nu gaan wij even voor". De vader probeert uit te leggen dat dat niet kan: "Dit is een spoedklus en kan niet uitgesteld worden. Ze rekenen op mij." Dit ergert Marloes mateloos: "Maar wij rekenen ook op jou!" Een conflict dreigt. Vader voelt het verzet en kaart 's avonds na het eten het onderwerp aan. Hij vindt het heel belangrijk dat iedereen met een positieve inzet door kan gaan, want ze hebben elkaar op dit moment echt nodig. Hij praat met Marloes over 'het op elkaar kunnen rekenen' en 'het stellen van prioriteiten' en 'het maken van keuzes'. "Dat is niet altijd gemakkelijk", vindt de vader van Marloes. "Soms zou je emotioneel gezien het tegenovergestelde willen van wat je verstandelijk het beste lijkt. Dan is het maken van een goede keuze een zware klus. Doe dan wat je hart je ingeeft." De vader vertelt Marloes dat in dit geval hij heeft gekozen voor de opdracht vanuit zijn werk. "Ik ben per slot van rekening de kostwinner en oma is bij jullie in goede handen."

Marloes helpt nu al drie weken bij de verzorging van oma, samen met haar ouders, broertje, de burens en de huisarts en de wijkverpleegkundige. In het begin kwam de wijkverpleegkundige twee keer per dag om oma te verzorgen. Nu ze wat aan de beterende hand is en minder verpleegkundige zorg nodig heeft, komt de wijkziekenverzorgende om oma bij de basiszorg te ondersteunen. De huisarts komt twee keer per week langs. Als hij komt zorgt de moeder van Marloes ervoor dat zij er ook is, zodat ze oma kan helpen in het gesprek met de arts en goed op de hoogte blijft van het ziekteverloop. De huisarts zegt dat oma zodanig is opgeknapt dat ze wel weer naar haar eigen huis kan. Oma is blij om weer naar haar vertrouwde omgeving te gaan en vertrekt de volgende dag. De huisgenoten blijven regelmatig afwisselend naar oma gaan; ze willen de hulp langzaam afbouwen. Sinds de vakantie voorbij is kan Marloes minder vaak naar oma gaan. Ze hebben afgesproken dat zij zo veel mogelijk elke dag van 17.00 tot 18.30 uur bij oma is, zowel door de week als in het weekend. Eerder lukt niet, omdat ze door de week naar school moet en in het weekend tennist. Gedurende de uren dat ze bij oma is, doet ze zo goed en kwaad als dat gaat haar werk voor school. Ze wil haar diploma halen, want eindelijk weet ze wat ze na de middelbare school wil gaan doen: de opleiding tot verpleegkundige! De mentor van Marloes opperde nog een universitaire studie, maar haar moeder zei: "Marloes is zo onder de indruk van dit beroep, zij is daar niet meer van af te brengen."

Wanneer Marloes 's avonds om half zeven wordt afgelost door haar vader of de buurvrouw gaat ze vaak nog trainen tot ongeveer negen uur. Daarna duikt ze hondsmoe haar bed in tot de wekker haar om zeven uur weer wekt. Nu oma wat beter wordt, merkt Marloes dat de zorgen om oma en het drukke heen-en-weergevlieg haar behoorlijk gaan opbreken. Ze voelt zich helemaal uitgeput. Ze heeft helemaal geen puf meer om te leren of hard tegen de bal te meppen. Maar ja, ze moet wel doorgaan, ze heeft geen andere keuze!