

VerpleegThuis

Wat ik leer van mijn huisgenoten met dementie

Toebes, T. (2021) • De Arbeiderspers, 208 pp.

Jore Wesenbeek •

Voor mij lag het boek van Teun Toebes, *VerpleegThuis*. Als psycholoog en systeemtherapeut in een woonzorgcentrum (WZC) keek ik er verlangend naar uit. Wat zouden de ideeën van het boek met mij doen? Zou het de ideeën die ik heb over deze soms vergeten doelgroep beamen of eerder tegenspreken? Ziet Teun Toebes het WZC ook als een inspirerende plaats waar vele perspectieven samenkomen? Het was met dergelijke vragen en grote verwachtingen dat ik mij na een drukke werkdag in de zetel plofte, klaar om te lezen.

Ik had al vaker over Teun en zijn ideeën gehoord. Zijn strijd om gelijkwaardigheid en menselijkheid binnen WZC ligt mij nauw aan het hart. Ik sta mijzelf dan ook toe, passend bij de thematiek van gelijkwaardigheid, Teun met de voornaam aan te spreken. Teun is verpleegkundige en student zorgethiek. Hij wordt een zorgvernieuwer genoemd die strijdt voor een betere kwaliteit van leven voor mensen met dementie. Om zich in te leven in hoe het is om met dementie in een WZC te verblijven, is hij op een gesloten afdeling van een WZC in Nederland gaan wonen.

Teun legt pijnlijk bloot hoe er in WZC vaak over de mensen heen gesproken wordt. Hoe bewoners moeten inboeten aan zelfbeschikkingsrecht, vaak als minderwaardig behandeld worden en vooral in een afhankelijke positie te-

-
- Psycholoog/systeemtherapeut in Groepspraktijk De Sleutelbloem te Roeselare en verbonden aan WZC De Oever te Oostnieuwkerke.
E-mail: jorewesenbeek@gmail.com

rechtkomen. Hij beschrijft het woonzorgcentrum als een mini-samenleving die zich het best laat vergelijken met een totalitair regime. Hij hoopt dat zijn verhalen tot anders denken aanzetten en dat er verandering komt waarbij men mensen met dementie gelijkwaardig behandelt en als een volwaardig deel van de maatschappij ziet. Voor Teun is een gelijkwaardig systeem er een waarbij mensen met dementie hun zelfbeschikkingsrecht terugkrijgen. Het houdt in dat er met de mensen wordt gepraat en overlegd en dat hun privacy wordt gerespecteerd. Al te vaak heb je als bewoner wel een eigen kamer, maar komen mensen ongevraagd en zonder kloppen binnen. Alleen binnen een gelijkwaardiger systeem kunnen we volgens hem een warme thuis geven aan mensen met dementie.

Teun waarschuwt dat het aantal mensen met dementie in de toekomst alleen maar zal verdubbelen. Daarom richt hij zich ook tot beleidsmakers die de zorg voor mensen met dementie als prioritair thema zouden moeten behandelen.

Het boek start met hoe Teun zijn liefde voor het thema dementie heeft gevonden. Alles begon met een stage als verpleegkundige op een gesloten afdeling. In eerste instantie was het een confrontatie met mensen die versuft aan lange tafels zitten en voor zich uit staren. Het gaf hem een onbehaaglijk gevoel en het idee de stage te willen beëindigen. Aangemoedigd door zijn moeder, gaf hij niet op. Hij begon steeds meer met bewoners te praten, thee te drinken en beseft al snel dat hij het contact met de bewoners zeer leuk vond.

Teun vertelt hoe het plan om te wonen in een WZC vorm krijgt, hoe hij de eerste stappen zet als bewoner en zijn huisgenoten ontmoet. Dat Teun over huisgenoten spreekt, brengt meteen meer gelijkheid in de relatie. In zijn ontmoetingen en verhalen ontdek je wat er allemaal van invloed kan zijn op hem en zijn medebewoners. Hij denkt hierbij aan de kleinste – maar toch grote – dingen zoals het gebouw, het uitzicht vanuit de kamer, maar ook je eigen, al dan niet gelijkwaardige, houding.

Teun geeft aan dat de locatie van een WZC belangrijk is. Een warm, huiselijk WZC met een mooi uitzicht vanuit de kamer geeft een minder gesloten gevoel dan een klinisch wit gebouw dat uitkijkt op een muur. Een WZC dat gelegen is in een buurt waar mensen passeren onderweg naar de supermarkt of een

hobby maakt volgens hem de kans op interactie tussen de buitenwereld en de bewoners groter. Zo krijgen ze af en toe het gevoel nog onderdeel te zijn van een maatschappij. Ik ben het met Teun eens dat de plaats of inrichting van een WZC een groot effect heeft op het gevoel van de inwoners. Gezien een WZC verschillende mensen met verschillende achtergrond herbergt, lijkt het mij echter onmogelijk om de ideale plaats voor een WZC te kiezen. De landbouwer op rust voelt zich misschien meer onderdeel van de maatschappij als hij aan zijn bezoek kan vertellen hoe hij vanuit zijn kamer heeft gezien dat de maïs geoogst moet worden. Terwijl zijn buurvrouw, de ex-cafébazin van een studentencafé, liever studenten naar hun lessen ziet voorbij komen.

Teun ziet een warm, huiselijk WZC vooral vanuit het perspectief van de bewoner. Hij bespreekt hierbij geen andere perspectieven op een WZC, bijvoorbeeld het WZC als ‘werkplaats’ met een verpleegpost, een prikklok, in elke kamer een dispenser met ontsmettingsmiddel en kleedkamers voor personeel. Er is regelgeving over hoe een werkplek er moet uitzien of waaraan ze moet voldoen. Is een warm huis altijd hetzelfde als een warme werkplek? Een WZC is vaak te weinig huiselijk ingericht, maar wat voor de een huiselijk is, is voor de ander te druk of te kitscherig. Een kamer kan gezellig vol staan voor de bewoner, maar te vol voor de verpleegkundige die met een tillift de bewoner uit bed moet tillen zonder rugpijn te krijgen. Tot waar moeten praktische werkomstandigheden plaatsmaken voor huiselijkheid? Soms brengt dementie ook een andere stijl met zich mee. Zo zien familieleden bijvoorbeeld plots hoe hun vader of man verandert en de kamer versiert met cadeaulinten of bloemenslingers. De inrichting van een kamer kan zo een zeer beladen thema worden. Daarnaast kan een kamer vol spullen ook een overprikkeling bij bewoners teweegbrengen. Kan men dan beslissen om een kamer tegen de wil van de bewoner leeg te halen?

Het thema inrichting komt terug als Teun het heeft over de focus op veiligheid binnen de WZC. Teun had graag zijn gordijnen wat fleuriger gezien; hij is liefhebber van retro en wil zijn kamer meer zo inrichten. Helaas voor hem kan hij de gordijnen niet zomaar vervangen omdat ze brandveilig moeten zijn. Brandveilig betekent ook duur. Van je kamer een eigen stek maken is geen evidentie. Hij hekelt ook kleinere dingen zoals dat de bewoners geen zachtgekookt ei mogen eten ter bescherming tegen salmonella. Teun is niet tegen veiligheids-

regels, maar wil ze naast autonomie plaatsen. De vraag kan gesteld worden of bepaalde regels niet te veel autonomie van bewoners afnemen. Soms moet men een risico nemen ten voordele van het geluk. Dit kan ook gaan over grotere zaken zoals het fixeren van bewoners uit schrik dat ze vallen. Teun vraagt zich luidop af waarom iemand met dementie niet mag kiezen voor vrijheid met de kans op vallen? Is wegwijnen in een rolstoel beter?

Ik ben het met Teun eens dat de bewoners meer zelf gehoord mogen worden voordat er dingen uit gezondheidsoverwegingen of veiligheidsredenen worden beslist. Ik vind ook dat vele risico's ondergeschikt zijn aan autonomie. Toch ben ik nog meer benieuwd naar hoe Teun zou omgaan met verschillende perspectieven op goede zorg, vanuit andere rollen, relaties of expertises. Zo vraagt de familie misschien om fixatie toe te passen omdat ze hun dierbare niet willen verliezen. De huisarts zal meer oordelen vanuit een medische verantwoordelijkheid en maximaal pleiten voor valpreventie. De kinesist zal dan misschien meer rekening houden met de negatieve impact van fixatie op spieren die dan niet gebruikt kunnen worden. De nachtverpleegkundige staat anders tegenover fixatie dan de verzorgende overdag. Inspectie benadert vallen vanuit beleidsplannen in verband met valpreventie, een directie moet 'goede' cijfers kunnen voorleggen op vlak van veiligheid en preventie. Enzovoort. Het valt mij ook op dat verpleegkundigen een val vaak zien als een persoonlijk falen. Ze hebben de bewoner niet kunnen beschermen.

Als het gaat over autonomie merkt Teun op dat bewoners nooit geld bij hebben of nooit moeten betalen. Dit voedt meteen het gevoel van afhankelijkheid. Teun stelt zich ook vragen bij de kleren die bewoners dragen. Kunnen bewoners kiezen voor de laatste nieuwe mode? Je leest hoe hij op een dag geconfronteerd wordt met het feit dat hij de code kent om de afdeling te verlaten, en medebewoners niet. De deur maakt een verschil tussen mensen en ondermijnt niet alleen de bewegingsvrijheid, maar volgens Teun ook de gelijkwaardigheid tussen bewoners en personeel. Een ander voorbeeld is het gebruik van gescheiden wc's voor familie, bewoners en medewerkers. Teun beschrijft hoe een toilet voor bewoners kan ruiken naar incontinentiemateriaal. Terwijl familie en medewerkers nettere toiletten krijgen. Het idee dat de ene persoon een nettere wc verdient dan de andere is allesbehalve gelijkwaardig. Volgens

Teun zouden veel ongemakken, zoals niet al te nette toiletten, sneller worden opgelost als beleidsmakers er ook mee geconfronteerd worden.

Een schrijnender voorbeeld van hoe men bewoners anders behandelt dan personeel, is het moment waarop Teun geconfronteerd wordt met de dood van een medebewoner. Aan het avondeten merkt hij hoe een huisgenoot er niet al te best aan toe is. Even later ziet hij de arts in haar kamer staan. Na een paar dagen niks te horen, ontdekt hij door het zien van verhuizende familieleden, dat zijn huisgenoot is overleden.

Teun gebruikt zijn verhalen niet alleen om moeilijkheden aan te kaarten, maar geeft ook mooie momenten weer waarbij zowel hij als verpleegkundigen een gelijkwaardige houding aannemen. De voorbeelden van gelijkwaardigheid die Teun aanhaalt zijn vaak voorbeelden waarbij verschillende rollen één lijken te worden. De verpleegkundige en bewoner worden niet alleen een uitvoerder en ontvanger, maar beiden mens of vriend. Je wordt bijvoorbeeld meegenomen in hoe Teun samen met de huisgenoten zijn diploma-uitreiking bijwoont of hoe hij elke vrijdag een vrijdagavondborrel organiseert. Je leest hoe favoriete verzorger Niels een glimlach bij de bewoners naar boven kan halen. Teun is van mening dat vele collega's van Niels een groot hart en goede bedoelingen hebben. De verantwoordingsdruk en het moeten afvinken van taken zorgt er echter voor dat dit hart niet altijd kan worden ingezet. Graag was ik meer te weten gekomen over verzorger Niels. Welke ideeën heeft Niels over ouder worden en op welke manier beïnvloedt dit zijn houding? Komt Niels in zijn privé ook in aanraking met ouderen? Wat is het diploma van Niels? Werd Niels opgeleid om taken uit te voeren of had zijn opleiding ook oog voor relationele dynamieken? Was Niels nog maar net gestart en zal zijn enthousiasme nog verdwijnen? Een hoofdstuk over hoe de verschillende ideeën en beïnvloedingen van de zorgverleners hun houding bepalen, had ik met veel plezier gelezen.

Met zijn verhalen sluit Teun nauw aan bij mijn idee dat je als hulpverlener binnen een woonzorgcentrum pas echt hulp verleent als je jouw petje als hulpverlener ook durft afzetten. Ouderen spreken maar al te graag met een mens die ook ouder, broer of zus is en zich afvraagt wat voor weer het zal worden.

In een maatschappij waar ouderen snel het gevoel krijgen niet meer van tel te zijn, kan dit een gevoel van erkenning geven.

Teun fileert in zijn boek op een kritische en harde, maar voor mij vaak te-rechte manier het leven in een WZC. Sommige zaken zijn zeer herkenbaar, andere minder. Het deed mij goesting krijgen om op de barricade te staan en te schreeuwen: 'Teun for president!' Al deed het mij ook ongemakkelijk voelen. Ongemakkelijk omdat ik mezelf betrappt voel. Ik moet gaan nadenken over bepaalde dingen die ik bewust/onbewust voor waar aannam. Anderzijds voelde ik mij soms ongemakkelijk omwille van het idealisme waarmee het verhaal gebracht wordt. Bij sommige anekdotes had ik het idee dat de realiteit complexer in elkaar zit dan wat het boek doet vermoeden. Ik miste verschillende spanningsvelden waar hulpverleners mee worden geconfronteerd als ze de strijd voor goede zorg willen voeren.

Kort haalt Teun aan dat de ideeën over dementie van familieleden en de maatschappij waarin we leven, mee bepalen hoe we zorgen voor deze mensen. Het boek focust voornamelijk op de relatie tussen de bewoners en de zorgmedewerkers. Als systeemtherapeut denk ik ook aan de vele andere beïnvloedingen. Andere perspectieven of het belang van bepaalde contexten worden naar mijn mening minder verkend. Teun haalt zelf wel aan dat de Belgische en de Nederlandse cultuur verschilt. Zo is hij van mening dat dingen moeilijker te veranderen zijn in België vanwege de vele regelgevende niveaus.

Ik miste nog ideeën over hoe bewoners onderling met elkaar kunnen omgaan. Samenwonen brengt moeilijkheden met zich mee. Mijn ervaring is dat bewoners soms ruziemaken of elkaar niet gelijkwaardig benaderen omdat men verder zit in het dementieproces, men vroeger een bepaalde job of manier van doen had of omdat bepaalde vetes mee het woonzorgcentrum zijn binnengekomen ...

De focus van het boek ligt vooral op hoe men met bewoners kan omgaan. Kunnen we dit ook omdraaien? Hoe gaan bewoners, ook al zijn ze ziek, om met het personeel? Bepaalt het idee van de bewoner over verpleegkundigen of zorgkundigen mee het gedrag van die bewoner naar de zorgmedewerkers toe? Ik

zie bijvoorbeeld bewoners anders reageren tegen een arts dan tegen iemand van de logistiek. Heeft Teun ook hier ideeën over?

Tot slot deed het feit dat Teun als jongeling in een WZC woont mij denken aan het thema jongdementie. Gaat men met jongere bewoners anders om dan met de oudere, kijkt men anders naar jongere bewoners en hun situatie?

Woonzorgcentra zijn naar mijn mening een knooppunt van verschillende mensen, perspectieven, nuances en verhalen, wat het vaak complex en boeiend maakt. Binnen deze complexiteit denk ik dat het boek *VerpleegThuis* er een is die elke hulpverlener gelezen moet hebben. De vraag of men vanuit gelijkwaardigheid handelt, kan als kompas dienen in het omgaan met mensen. Mijn verwachtingen en het vleugje kinderlijk enthousiasme bij het neerploffen in de zetel was meer dan terecht en ik wil het boek dan ook ten zeerste aanraden.