

Tips en adviezen

Wanneer uw naaste nog bij bewustzijn is, kan het zijn dat hij/zij het nuttigen van eten en drinken in uw nabijheid als minder prettig ervaart. Afhankelijk van de situatie van uw naaste, is het belangrijk om hier samen goede afspraken over te maken en het ook kenbaar te maken aan andere mensen die graag op bezoek willen komen. Mocht uw naaste rond de eetmomenten graag naar de huiskamer willen gaan, dan is het van belang om samen af te stemmen hoe hij/zij hier tegenover staat. Is het gewenst omdat uw naaste het contact met anderen belangrijk vindt? Of is het wellicht te confronterend om deze eetmomenten bij te wonen?

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Of heeft u behoefte aan ondersteuning of begeleiding? Meld dit dan bij het verplegend personeel. Zij kunnen u ook in contact brengen met de arts, verpleegkundig specialist en/of de ondersteuner bij levensvragen.

Bronnen

- De stervensfase. Informatiefolder IKNL, oktober 2011
- Artikel eten en drinken in de laatste levensfase. Rob Brutink, januari 2019.
- Richtlijn Anorexie en gewichtsverlies (3.0). Pallialine, september 2014.
- Richtlijn Dehydratie en vochttoediening (2.0). Pallialine, juli 2010.
- Richtlijn Klachten van de mond (2.0). Pallialine, juli 2010.
- Vocht en voeding in de laatste levensfase. Informatiefolder IKNL, najaar 2010.



Eten en drinken

in de laatste levensfase



Eten en drinken

In deze folder willen we u graag informeren over de betekenis van eten en drinken in de laatste levensfase en de invloed die dit kan hebben op u en uw naaste. In een geleidelijk stervensproces, waarbij de algehele conditie van uw naaste afneemt, zal de behoefte aan eten en drinken steeds minder worden. Uw naaste wordt suffer, slaapt meer en vraagt steeds minder om eten en drinken. Dit is een natuurlijk proces, passend bij het naderende levenseinde. Ingaan tegen dit natuurlijke proces kan klachten geven en kan het creëren van comfort bij uw naaste in de weg staan. Verder zijn er specifieke ziektebeelden waarbij eten en drinken al vóór de ingang van de stervensfase geen kwaliteit van leven meer biedt. Het minderen van eten en drinken kan dan een grote bijdrage leveren in het beperken of wegnemen van klachten bij uw naaste.

Gevoelens en emoties

Wanneer eten en drinken bij uw naaste tot klachten leidt, of uw naaste hier niet meer van kan genieten, kunt u zich misschien overmand voelen door emoties. Dit is normaal en begrijpelijk. Het aanreiken van eten en drinken gaf u namelijk de mogelijkheid uw naaste te verwennen, aandacht te geven en actief te ondersteunen. Tevens was voeding ook lange tijd een onderdeel van de strijd voor genezing. Het loslaten van het bieden van deze ondersteuning is een confrontatie met het grote afscheid en kan u mogelijk een gevoel van onmacht geven. Hiernaast sluipt de dagelijkse routine en structuur steeds meer naar de achtergrond op het moment dat eten en drinken een minder grote rol in het leven van u en uw naaste gaat spelen. Echter, in deze periode kunt u uw naaste op een andere manier zeer nabij zijn. Misschien kunt u samen foto's bekijken, naar muziek luisteren, herinneringen ophalen of gewoon even samen stil zijn en elkaars hand vasthouden. Complementaire zorg zoals het geven van een handmassage (met oliën) kan ook door uw naaste als prettig worden ervaren. Het verplegend personeel geeft u hier graag uitleg over.

Honger, dorst en goede mondverzorging

Misschien heeft u het idee dat uw naaste honger en dorst ervaart op het moment dat er minder wordt gegeten en gedronken. Uit ervaring en wetenschappelijk onderzoek weten we dat uw naaste doorgaans geen hongergevoel zal ervaren. Soms is het gevoel van dorst wel aanwezig. Echter, dit gevoel wordt vaak verward met een droge mond. Onderstaande activiteiten kunnen helpen om dit gevoel te verminderen. Het verplegend personeel kijkt graag samen met u (en indien mogelijk uw naaste) naar welke activiteiten het meest geschikt zijn. Als u zich hier comfortabel bij voelt, mag u in overleg met het verplegend personeel, deze activiteiten ook uitvoeren.

- Minimaal 2 à 3 keer daags de mond en tanden/gebitsprothese reinigen met een tandenborstel of het winden van een nat gaasje om de vinger.
- Aanbieden van kleine beetjes water met een theelepeltje/zuigen op een nat gaasje.
- Zuigen op stukjes verse ananas.
- Zuigen op waterijsje of ijsblokjes/ijsnippers.
- Pepermuntspray in de mond sprayen via een verstuiver.
- Lippen insmeren met vaseline.
- Biotène Oral Balance gel in de mond aanbrengeen.

