

Ruwe transcript Stervensgoed podcast aflevering 187

Titel: Palliatieve sedatie: wat iedereen zou moeten weten (maar vaak niet weet) EP 187

Palliatieve sedatie wat iedereen zou moeten weten maar vaak niet weet

lieve luisteraar fijn dat je er bent mijn naam is Diana stassen en ik neem je mee over het topic ondersteunen In de laatste levensfase hoe kunnen we op een waardevolle manier ondersteunen zodat we bij kunnen dragen aan rust en vertrouwen of je nu hier bent Omdat je zorgt voor je dierbaren voor je cliënt je bewoner je patiënt je bent hier op de juiste plek Als je dit vanuit een holistisch perspectief wilt doen waarin we zowel aandacht hebben voor body mind and soul en vandaag een hele praktische podcast over palliatieve sedatie en veelbesproken onderwerp Als we het hebben over palliatieve zorg en ook een onderwerp waarin er zo ontzettend veel misverstanden over bestaan en een van de dingen die belangrijk zijn Als het gaat over afscheid nemen is ook juiste correcte informatie en er bestaan zoveel misverstanden maar maatschappelijk het wordt heel vaak verward met euthanasie of er worden termen gebruikt iemand heeft palliatieve euthanasie gehad hoe vaak het niet in gesprek ben met Mensen en dat ze dan terug blik terugblikken op een overlijden van Van een partner of van een ouder en dat ze dan bijvoorbeeld zeggen iemand heeft euthanasie gehad terwijl dan eigenlijk sprake is van palliatieve sedatie en ja dat vind ik eigenlijk wel heel erg jammer want goede informatie juiste informatie helpt enerzijds uiteraard bij de voorbereiding dat je weet wat er waar je je op kunt voorbereiden Hij is de voorlichting ook de manier waarop je afscheid neemt maar ook dus later in die rouwverwerking waarin het belangrijk is om daar ook een stuk kennis in te hebben want dat helpt blijkt uit onderzoek ook bij het omgaan met emoties die horen bij afscheid nemen dus vandaag wil ik 3 belangrijke dingen met je delen waar vaak misverstanden over verstaan en Misschien ben je hier als zorgverlener en en begeleid je Mensen dan komen deze waarschijnlijk ook bekend voor en dan hoop ik ook dat ja een bijdrage levert dat je denkt oh ja check dit even bij de Mensen die je die je mag ondersteunen van is de informatie daarin ook goed ontvangen want het grappige of grappige ja Misschien wel Ik ben enorm gefascineerd hoe ons brein werkt en Misschien Als je vaker luistert Ik heb ook op de Achtergrond in NLP en en hypnose therapie en Ik vind het enorm fascinerend hoe ons brein functioneert en op het moment Als we stress hebben en Als we afscheid moeten nemen Als we rouw verdriet hebben angst dan is dat een vorm van stress en daarmee functioneert ons brein niet optimaal hé Misschien hoor je ook wel vaker dat je Als het gaat over mediteren over rust dat Mensen tot hele mooie inzichten komen dat je zelf ook tot inzichten komt dat dat enorm helpt om dat je denkt oh het geeft een ene keer een ander perspectief op een bepaalde situatie waar je lang in vastloopt nou op het moment dat je afscheid moet nemen stress rouw ervaart dan doet je brein de andere kant op werken dus minder goed je en een van de dingen die ik nog gelijk als bonustip wel wil meegeven is dat op het moment dat er dus die emoties zijn je brein minder goed informatie kan werken en dat heeft niks met intelligentie te maken Maar dat heeft alles met te maken hoe ons menselijk brein

functioneert Als het onder druk staat Als het onder stress staat Als het onder rouw staat en de valkuil is dus dat iemand een slecht nieuwsgesprek heeft gehad een dokter de huisarts de specialist heeft iets uitgelegd en als Mensen deze informatie terug moeten ophalen dan zijn ze daar flarden uit vergeten of hebben ze niet meegenomen en dan bestaat er ook nog zoiets Zonder allerlei medische termen te willen gebruiken dat we daar ook een aantal dingen uithalen wat bijvoorbeeld hoopvol is hè dat heeft ook weer met ontkenning te maken en ik noem even als een arts zegt Van oh u heeft 98 kans dat het slecht nieuws is en Er is 2% kans op genezing dat ze die Alleen die 2% horen maar dan zeg ik oh ja daar is ook nog wel een hele grote kans op genezing ja ons brein vervormt ook informatie hoe meer stress hoe meer we druk hebben hoe meer deze informatie ook vervormd wordt zie je het als een soort beschermingsmechanisme van ons brein dus deze wil ik gelijk ook meegeven herhaal informatie check even aan deze Mensen kun je even herhalen wat er gezegd is heb je begrepen wat er gezegd is en ja ik zeg het nu een beetje op een schoolse manier zo bedoel ik het niet maar vanuit oprechte interesse kun je nog even vertellen wat in het gesprek gezegd was wat is de kern zodat ik zodat we weten waar we het met zijn allen over hebben Dat is dat even terzijde Dat is wat ons brein doet in tijden van Van stress en op het moment Als we te maken hebben dat een dierbare overlijdt dan hebben we per definitie te maken met ja met stress en Als we kijken naar de maatschappij Ik denk dat Iedereen ja Het is druk Het is niet de meest makkelijke tijd hier hier op aarde denk ik en ik zag laatst zo een mooie post op Instagram voorbij komen en daar stond in van bihain want weet je wie het moeilijk heeft en dan was dat even een stilte en toen stond daaronder Iedereen gaat door een moeilijke tijd Iedereen heeft zijn eigen uitdagingen en Ik denk dat dat zo ontzettend waar is dat terzijde ik neem je mee In de 3 dingen die je mag weten over palliatieve sedatie en waar vaak heel veel misvattingen over verstaan de eerste is Je kunt er niet voor kiezen Je kunt niet kiezen voor palliatieve sedatie en wat bedoel ik daarmee soms wat palliatieve sedatie naast euthanasie geparkeerd euthanasie is heel bewust het leven beëindigen onder allerlei strenge regels door een arts palliatieve sedatie is het bewustzijn verlagen wanneer iemand zulke heftige klachten heeft zoals bijvoorbeeld heftige pijnklachten die niet op een andere redelijke manier opgelost of verminderd kunnen worden wat ik soms wel hoor zeggen is dat Mensen ja doe mij maar palliatieve sedatie nou zo werkt dat dus niet palliatieve sedatie is een medische interventie en daar hoort een bepaalde aanleiding voor te zijn klachten die niet op een andere manier op een redelijke manier opgelost kunnen worden en Misschien denk je wat is redelijk dan redelijk is wat past bij de situatie en Je kunt je voorstellen als iemand terminaal ziek is op zijn sterfbed ligt en iemand valt uit bed breekt zijn been nou ontzettend naar maar dan kun je ook niet meer verwachten dat iemand dan is geen redelijke oplossing dat iemand nog geopereerd wordt wat nou ja de gezondheids conditie is sowieso dan te slecht om te kunnen opereren en je wilt daar geen toeters en bellen aan dat bed hebben die ja heel veel ongemakken nog extra meebrengen dus dan is in dit geval bijvoorbeeld een operatie geen redelijke andere alternatieven oplossing en Je kunt je voorstellen hoe korter iemand bij het sterven is als dat dan nog grote intensieve behandelingen moeten komen ja Dat is geen redelijke oplossing daar wil je niet aan beginnen vanuit medisch perspectief niet maar zeker ook niet vanuit menselijk perspectief Maar het wil dus niet zeggen als iemand zegt Van oh ik ik kies voor palliatieve sedatie Dat is een medische interventie en aan medische interventies zijn Natuurlijk ook protocollen aan verbonden met een reden en een van de dingen bij palliatieve sedatie is is dat de levensverwachting maximaal twee weken mag zijn een ander voorbeeld uit de praktijk was een vrouw bij wie ik kwam en die had een 10 jaar gehad 1 1 1 kleine hersenbloeding en die

dat die gezondheid Dat was heel ver achteruit gegaan met allerlei andere complicaties die ze die ze daarbij had en deze vrouw was vanuit religie was ze pertinent tegen euthanasie ze zei dat wil ik niet ik geloof dat god mij het leven heeft gegeven en Ik heb het uit te zingen en doe mij maar palliatieve sedatie nou ze waren niet zo haar letterlijke woorden Maar het was wel de strekking en dat kan dus niet want deze dame had enorm veel klachten op veel pijnklachten en nog heel veel andere klachten die daarbij kwamen kijken die het leven echt wel ja heel zwaar voor haar maakte Maar de levensverwachting is veel langer dan twee weken dus daarmee gaat een arts nooit beslissen voor palliatieve sedatie dus Dat is het eerste belangrijke. Wat ik je wil meegeven Je kunt er niet voor kiezen Als je palliatieve sedatie wilt op het moment dat er geen aanleiding voor is of op het moment dat je denkt ja ik zou het wel graag willen Maar de levensverwachting is bijvoorbeeld langer en dat brengt men naar tweede. Euthanasie is geen vervanging voor euthanasie soms denken Mensen van oh euthanasie is te heftig dat hoor je ook een beetje net bij die vorige casus wat ik zei Van deze dame van oh dat vind ik te heftig om welke reden dan ook dus doe dan dat maar als iemand tot besluit komt van euthanasie dan komt er volgens heel veel richtlijnen en heel protocol als er groen licht wordt gegeven tot euthanasie euthanasie kan in samenspraak met de arts plaatsvinden op elk moment ongeacht de levensverwachting hè dan zijn andere dingen heel erg belangrijk het lijden van iemand de onderliggende ziektebeelden bijvoorbeeld en dat maakt dus dat euthanasie dus geen vervanging is voor palliatieve sedatie of visa versa ze hebben ook een heel ander doel euthanasie is echt bedoeld om het leven te beëindigen het lijden daarmee te beëindigen Maar het leven doelbewust daarmee te stoppen en niet Omdat Mensen vaak niet meer willen leven maar niet willen leven op deze manier met wat er speelt en palliatieve sedatie is dus het bewustzijn verlagen zodat iemand die klachten niet meer of minder ervaart het zijn dus twee hele verschillende dingen terwijl ze Natuurlijk best wel dat ze alle twee vaak voorkomen In de laatste levensfase en de derde element wat ik nog met je wil delen op het moment als Mensen palliatieve sedatie krijgen en dat gebeurt vaak via het infuus vaak via medicijnen narcosemiddel wat Mensen krijgen en vaak wordt dat ook gecombineerd met een pijnstiller zoals morfine dat hoeft dus niet altijd Het gaat er dus echt om om het bewustzijn te verlagen en dan het moment Als het bewustzijn verlaagd is soms hebben Mensen de verwachting dat iemand ja doodstil en bed legt want de reden dat iemand palliatieve sedatie krijgt is vaak dat iemand pijn heeft of of onrustig heeft of heftige angstklachten heeft waardoor er dus door palliatieve sedatie door dat bewustzijn te verlagen veel meer rust ontstaat en je zou het kunnen vergelijken met als iemand slaapt zo ziet het eruit en soms verwachten Mensen dat iemand dan heel stil en rustig ligt maar net als iemand slaapt kan iemand wel nog bewegen hardsex zuchten kuchen en Het is vaak ook de kunst om ja te onderscheiden wanneer is daar ongemak wanneer is dat pijn wanneer er staar lijden en wat is daarin ook gewoon een ja normale menselijke reactie en wat ik heel erg belangrijk vind om mee te nemen ik geloof er zelf heel erg in en kijk maar hoe dat bij jou resoneert dat het moment Als we hier deze wereld verlaten als onze ziel ons lichaam loslaat als ons lichaam stervende is en onze ziel daarmee uit ons lichaam gaat Dat is hard werken op verschillende lagen op bewustzijnsniveau op emotioneel niveau menselijk niveau lichamelijk niveau spiritueel niveau hoe je het ook wil noemen Dat is hard werken en Dit is iets waarbij heel vaak voorbij wordt gegaan dat we oh ja We willen niet lijden nee tuurlijk willen we niet leiden en tegelijkertijd hoort ongemak ook bij het leven We kunnen niet altijd maar happy vrolijk en enthousiast en vervuld en sereen zijn We hebben ook de accepteren dat andere emoties als onrust machteloosheid pijn verdriet net zo goed bij het leven horen en soms wordt er dan gezegd van oh ja maar lijden hoeft niet

want We kunnen bijvoorbeeld palliatief studeren Ik vind het echt een bullshit verhaal ja We kunnen ontzettend veel met medicatie kunnen we bepaalde klachten verlichten maar lijden of pijn is zoveel meer dan Alleen een fysieke klacht en daarmee ook de fysieke sensatie van pijn is echt soms heel uitdagend om te kunnen bestrijden en Ik wil dat niet zeggen om me te bang of onrustig te maken maar wel om eerlijk te zijn dat ja ongemak er ook bij hoort Als we het hebben over zoiets impactvol en groots als afscheid nemen van het leven en Als je dan gewoon kijkt naar hè je eigen leven wanneer je afscheid moet nemen of die nu afscheid neemt van een baan of je nu afscheid neemt van een scheiding en een relatie Als je een vriendschap beëindigt nou noem de kleine dingen in het leven waar je in je afscheid mag of moet nemen ja dat doet wat met je dat doet pijn dat doet verdriet hoe groot is het dan als iemand het leven moet loslaten en alles maar dan ook letterlijk alles moet loslaten de persoon die je zelf bent moet je loslaten de alarmerende moet je loslaten al je relaties moet je loslaten je identiteit moet je loslaten en het kan niet zo zijn dat dat ja Zonder emotie daarin gaat en Als we zeggen van oh lijden hoeft niet dan doen we net of dat die pijn dat verdriet of hoe je het ook wil noemen niet bestaat en Ik denk dat we daar ook gewoon aandacht voor moeten hebben dat het ook gewoon heel erg gezond is om boos te zijn om verdrietig te zijn om te rouwen want ik geloof Als we daar de ruimte voor kunnen maken dat die emoties dat gevoel die pijn daar ook mag zijn dat dat zoveel ruimte geeft om juist meer rust en vertrouwen te ervaren in plaats van alles ja te willen wegdrukken van oh ja dit hoeft allemaal niet dat hoeven we niet te voelen dit hoeven we niet te ervaren waarbij ik dus absoluut geen pleidooi houd voor geen medicatie of dat soort dingen want Ik denk dat Het gaat om balans Ik denk dat Het gaat om en en en het een om helemaal in het zwarte te gaan zitten of helemaal in het wit te gaan zitten zo werkt het leven niet Het is bijna altijd grijs Het is een heel pleidooi geworden Maar dat wil ik je in ieder geval meegeven Als het gaat over palliatieve sedatie Je kunt er dus niet voor kiezen want Het is een medisch besluit afhankelijk van Van een context Het is geen vervanging voor euthanasie en Het is niet oh jee Als je dit niet doet dan zou je dat kunnen doen en we weten dat het niet alle problemen ja oplost en Mensen liggen niet doodstil in bed te liggen geef ook ruimte voor emoties die er op allerlei verschillende lagen mogen zijn nou Ik hoop dat ik je weer heb kunnen inspireren met deze podcast super leuk Als je even een reactie achterlaat Als je naar deze podcast luistert mijn boek de ziel terug is stervensbegeleiding komt bijna uit en daar vind je liefdevolle praktische de