



Netwerk  
**Palliatieve Zorg**

Roosendaal, Bergen op Zoom, Tholen

# Wat ik wil zeggen...

— in mijn laatste levensfase



# Inhoudsopgave

- 3    Waarom dit wensenboekje?
- 4    Over mij
- 8    Zo kijk ik op dit moment naar het leven
- 12   Zo gaat het met mijn gezondheid
- 13   Ik ben bang voor...
- 14   Dit vind ik belangrijk bij de zorg en behandeling
- 15   Hoe kan ik me nog beter voelen ondanks dat ik niet beter word?
- 16   Hoe denk ik over mijn laatste dagen?
- 18   Mijn afscheid
- 20   Begrippen
- 22   Notities

## Tip:

Neem dit wensenboekje mee in gesprek met uw begeleider of zorgverlener.

Tot stand gekomen dankzij samenwerking tussen Netwerk Palliatieve Zorg en het Bravis ziekenhuis.

**Bravis**  
ziekenhuis

---

# Waarom dit wensenboekje?

Wij willen dat onze zorg zo goed mogelijk past bij wat u belangrijk vindt. Uit ervaring weten wij dat het helpt om met uw zorgverlener en naasten te praten over uw wensen: wat u graag wilt, maar ook wat u juist niet wilt. Dit wensenboekje helpt u hierbij. Wensen komen namelijk vaker uit als ze worden opgeschreven.

In dit wensenboekje kunt u (samen) opschrijven wat u belangrijk vindt en wat u heeft afgesproken met uw zorgverleners en met uw naasten. Op de website van het Netwerk Palliatieve Zorg vindt u meer informatie: [www.netwerkpalliatievezorgbt.nl](http://www.netwerkpalliatievezorgbt.nl)



---

Meer informatie? Scan de QR-code of ga naar  
<https://www.netwerkpalliatievezorgbt.nl/patienten-en-naasten>

# Persoonlijke gegevens

Naam .....

Telefoonnummer .....

## Overig

.....

.....

.....

.....

.....

.....



# Belangrijke personen

## Naasten

Naam .....

Relatie (familie, vriend, overig) .....

Telefoonnummer .....

Naam .....

Relatie (familie, vriend, overig) .....

Telefoonnummer .....

Deze persoon / personen is / zijn mijn wettelijke vertegenwoordiger(s)

.....

.....

.....

.....

.....



### Tip:

Bespreek ook eens de  
belastbaarheid van uw  
naasten met elkaar

# Belangrijke documenten

## Belangrijke documenten

Ik heb een wilsverklaring of behandelbeleid

☐ Ja ☐ Nee

Ik heb een euthanasieverklaring

☐ Ja ☐ Nee

Ik ben orgaandonor

☐ Ja ☐ Nee

## Overig

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Meer informatie over het vastleggen van uw wensen?

Scan de QR-code of kijk op [thuisarts.nl/wensen-voor-zorg-en-behandeling](https://thuisarts.nl/wensen-voor-zorg-en-behandeling)



# Telefoonnummers

| Functie                                             | Naam  | Telefoonnummer |
|-----------------------------------------------------|-------|----------------|
| Huisarts                                            | ..... | .....          |
| Huisartsenpost                                      | ..... | .....          |
| Thuiszorg                                           | ..... | .....          |
| Gespecialiseerd<br>verpleegkundige /<br>casemanager | ..... | .....          |
| Medisch specialist                                  | ..... | .....          |
| Spoedeisende hulp                                   | ..... | .....          |

## Overige nummers

|       |       |       |
|-------|-------|-------|
| ..... | ..... | ..... |
| ..... | ..... | ..... |
| ..... | ..... | ..... |
| ..... | ..... | ..... |

# Zo kijk ik op dit moment naar het leven

## Wat vind ik belangrijk?

Door nu na te denken over wat u belangrijk vindt als het gaat om uw hobby's, sociale contacten of zingeving, houdt u beter de regie als deze dingen niet meer vanzelf gaan. Dan weet u wat u belangrijk vindt.

En waar u moeite voor wilt (laten) doen. Het kan u ook helpen om inzicht te krijgen in uw bezigheden nu. Mist u iets in uw leven? Wat zou u graag nog willen doen?

## Toelichting

---

---

---

---

---

Als het gaat om zingeving en welzijn,  
is het voor mij belangrijk om...



- terug te kijken op mijn leven
- alles uit het leven te halen
- hobby's te kunnen blijven uitoefenen
- te reizen
- anderen te kunnen helpen
- sociale activiteiten te ondernemen
- me te richten op wat ik nog wél kan
- genoeg momenten voor mijzelf te hebben
- te bidden, te mediteren
- in staat zijn te praten over dingen

## Wat vindt u belangrijk?

- ☛ Welke dagelijkse dingen doen u goed?
- ☛ Van welke activiteiten of bezigheden krijgt u energie?
- ☛ Waar bent u trots op?
- ☛ Wat vindt u erg vermoeiend?
- ☛ Waar was u als kind al graag mee bezig?
- ☛ Welke dingen doet u moeiteloos?

?

### Toelichting

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





”

Ik maak me meer  
zorgen om haar  
dan om mezelf

### Wat vind ik belangrijk in relatie tot anderen?



- Iemand hebben die opkomt voor mijn waarden en prioriteiten
- Vastleggen wat ik aan wie wil nalaten
- Iemand hebben die naar me wil luisteren
- Dichtbij mijn naasten wonen
- Dat mijn naasten weten wat ik wil in mijn laatste levensfase
- Anderen niet tot last zijn

### Relatie met naasten

Uw naasten zijn ongetwijfeld belangrijk voor u. Of dat nu een partner is, kinderen of een goede vriend of vriendin. Het is goed om ook met hen het gesprek over morgen aan te gaan. Weten zij bijvoorbeeld wat u belangrijk vindt als u zorg nodig heeft of een behandeling krijgt? Heeft u verwachtingen van uw naasten? Of wilt u juist liever niet dat zij voor u zorgen?

Soms is het goed om dingen vast te leggen. Wat u aan wie wilt nalaten bijvoorbeeld, maar ook wie u graag als contactpersoon hebt als u ziek wordt of verhuist naar een verpleeghuis. Door hier vooraf over na te denken voorkomt u dat u samen met uw naasten in (acute) situaties moeilijke beslissingen moet nemen.

### Toelichting

---

---

---

---

---

---

# Zo gaat het met mijn gezondheid



## Deze klachten heb ik:

- |                                                    |                                                     |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <input type="radio"/> Pijn                         | <input type="radio"/> Angstig gevoel                |
| <input type="radio"/> Vermoeidheid                 | <input type="radio"/> Sombereheid                   |
| <input type="radio"/> Benauwdheid                  | <input type="radio"/> Slecht slapen                 |
| <input type="radio"/> Ongewenst gewichtsverlies    | <input type="radio"/> Problemen met mobiliteit      |
| <input type="radio"/> Problemen met stoelgang      | <input type="radio"/> Problemen met zelfstandigheid |
| <input type="radio"/> Onrustig gevoel              | <input type="radio"/> Problemen met geheugen        |
| <input type="radio"/> Problemen met eten / drinken | <input type="radio"/> Droge mond                    |

## Toelichting

.....

.....

.....

.....

”

Het gaat niet om  
hoe lang, maar  
om hoe goed

# Ik ben bang voor...

Als u zorg nodig hebt, ziek wordt of een behandeling krijgt, komt er veel op u af. Zorgverleners willen aansluiten op uw wensen en behoeften en daarom is het goed om te weten waar u bang voor bent.

Pijn

Benaauwdheid

Afhankelijkheid

Dood gaan

Niet meer  
kunnen praten

Geheugenverlies

Niet meer mee  
kunnen doen



# Dit vind ik belangrijk bij de zorg en behandeling

- |                                              |                                                              |
|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| <input type="radio"/> Vaste zorgverleners    | <input type="radio"/> Eigen regie                            |
| <input type="radio"/> Vast aanspreekpunt     | <input type="radio"/> Samen beslissen over behandelkeuzes    |
| <input type="radio"/> Goed geïnformeerd zijn | <input type="radio"/> Tussentijds voorkeuren kunnen wijzigen |
| <input type="radio"/> Keuzevrijheid          | <input type="radio"/> Anders, namelijk: .....                |

## Toelichting

.....

.....

Het kan lastig zijn om keuzes te maken voor situaties in de toekomst. U weet immers niet wat er komt en hoe u zich dan voelt. Van welke situaties denkt u nu dat u die echt niet wil:

- |                                                        |                                                         |
|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <input type="radio"/> Opname in het ziekenhuis         | <input type="radio"/> Antibiotica (AB) kuur             |
| <input type="radio"/> Opname op de intensive care (IC) | <input type="radio"/> Bewust stoppen met eten & drinken |
| <input type="radio"/> Opname in het verpleeghuis       | <input type="radio"/> Sondevoeding                      |
| <input type="radio"/> Reanimeren                       |                                                         |
| <input type="radio"/> Anders, namelijk: .....          |                                                         |

# Hoe kan ik me beter voelen ondanks dat ik niet beter word?

Waaraan of aan wie heb ik steun?

.....

.....

Waar kan mijn naaste mij in steunen?

.....

.....

.....

Wat zou ik graag nog willen doen?

.....

.....

.....

Waar haal ik kracht uit?

.....

.....

.....



**Tip:** Download de brochure over behandelwensen en -grenzen.



Scan de QR -code of ga naar [www.patientenfederatie.nl/downloads/brochures/152-praten-over-behandelwensen-en-behandelgrenzen/file](http://www.patientenfederatie.nl/downloads/brochures/152-praten-over-behandelwensen-en-behandelgrenzen/file)

# Hoe denk ik over mijn laatste dagen?



Als ik de keuze heb, dan wil ik hier het liefste sterven

☐ Thuis

☐ In het verpleeghuis

☐ In het ziekenhuis

☐ In een hospice / bijna thuis-huis

☐ Anders, namelijk: .....

Wie wil ik bij me hebben?

.....

.....

.....

.....

Toelichting

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Als u klachten krijgt in de laatste dagen / weken van uw leven die ondraaglijk zijn, ondanks medicijnen of andere behandelingen, is het belangrijk om hierover vroegtijdig in gesprek te gaan met uw huisarts of behandelend specialist om te overleggen wat dan de mogelijkheden zijn.



## Toelichting

.....

.....

.....

.....

Met mijn huisarts / behandelend arts heb ik de volgende afspraken gemaakt.

## Afspraken

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**Meer informatie over palliatieve zorg?**  
Scan de QR-code of kijk op [overpalliatievezorg.nl/keuzes](https://overpalliatievezorg.nl/keuzes)

# Mijn afscheid



## Hier wil ik het liefste opgebaard worden

☐ Thuis

☐ Ik wil niet opgebaard worden

☐ In de zorginstelling waar ik woon

☐ In een uitvaartcentrum

☐ Ik heb geen voorkeur, dat mogen mijn naasten bepalen

☐ Anders, namelijk: .....

## Zo wil ik opgebaard worden

.....

.....

.....

.....

.....

Fijn om het hier al vroeg over te hebben. Nu kun je er samen rustig over nadenken.





### Wat wil ik nog regelen?

- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....
- ☐ .....

### Denk aan:

- Religie of spiritualiteit
- Lichaam ter beschikking van de wetenschap
- Welke uitvaartbegeleider
- Locatie
- Genodigden
- Muziek
- Teksten
- Kleding
- Gesprek met ...

# Begrippen

## **Advance Care Planning (ACP)**

Oftewel vroegtijdige zorgplanning. Dit betekent dat mensen van tevoren nadenken over wensen, doelen en voorkeuren voor zorg en behandeling in de toekomst. Ze bespreken hun wensen met hun familie en zorgverleners en leggen deze zonnodig vast. Als hun voorkeuren veranderen, kunnen ze deze altijd aanpassen.

## **Behandelgrenzen**

Met een behandelgrens geeft u aan welke zorg en behandeling niet of onder welke voorwaarden deze mogen worden uitgevoerd. Het is een gezamenlijk besluit tussen de patiënt of diens vertegenwoordiger(s) samen met de zorgverlener (bijv. een huisarts of specialist). De bekendste behandelgrens is de niet-reanimeren verklaring. Nadenken over behandelgrenzen is niet makkelijk. Bespreek dit daarom met uw naasten en uw zorgverlener.

## **Bewust stoppen met eten en drinken (BSTED)**

Bewust stoppen met eten en drinken is één van de manieren waarop u een einde aan uw leven kunt maken. Het is een bewuste keuze om niet meer te eten en te drinken. Het is niet omdat u geen zin heeft om te eten en te drinken. En ook niet omdat u niet kunt eten en drinken. U stopt met eten en drinken omdat u dood wilt gaan.

## **Euthanasie(verklaring)**

Euthanasie is het opzettelijk levensbeëindigend handelen door een arts op verzoek van de patiënt. Er moet sprake zijn van uitzichtloos en ondraaglijk lijden. Euthanasie is geen recht, de arts is niet verplicht om euthanasie uit te voeren. In een euthanasieverklaring, een schriftelijke wilsverklaring, kan u vastleggen wanneer u zou willen dat een arts u helpt met sterven.

## **Hospice**

Een hospice is een instelling met een huiselijke sfeer waar u terminale zorg krijgt. U komt doorgaans in aanmerking voor een verblijf als de levensverwachting korter is dan 3 maanden.

## **Netwerk Palliatieve Zorg**

Elke regio heeft een netwerk palliatieve zorg. Dit is een samenwerkingsverband van zorg-aanbieders die palliatieve zorg verlenen.

## **Orgaandonor**

Een orgaandonor is iemand die zijn / haar organen of weefsels geeft aan een ziek persoon. Dat gebeurt na het overlijden. In Nederland geldt dat als u niets in het donorregister hebt ingevuld, uw organen en weefsels na het overlijden naar een patiënt kunnen gaan. U moet het actief aangeven indien u dit niet wilt.

## **Niet-reanimerenverklaring**

In deze wilsverklaring geeft u aan dat u bij een hartstilstand niet gereanimeerd wil worden.

## **Palliatieve sedatie**

Bij palliatieve sedatie verlaagt de arts met medicijnen het bewustzijn. Deze behandeling is gericht op het verlichten van lijden in de laatste levensfase. Deze behandeling kan ingezet worden als de levensverwachting enkele dagen tot maximaal 2 weken is.

## **Palliatieve zorg**

Palliatieve zorg is de zorg die voornamelijk is gericht op de vermindering van klachten en een zo goed mogelijke kwaliteit van leven. Palliatieve zorg begint vanaf het moment waarop de arts aangeeft dat de ziekte ongeneeslijk is en u niet meer beter zult worden.

## **Terminale zorg**

Als de geschatte levensverwachting enkele weken tot maximaal 3 maanden is, is er sprake van (palliatief) terminale zorg. Vaak is deze grens niet heel duidelijk te trekken, maar dit geldt als richtlijn.

## **Wilsverklaring**

In een wilsverklaring omschrijft u hoe u denkt over bepaalde beslissingen rondom zorg en behandeling. Deze verklaring wordt gebruikt als zelf beslissen niet meer kan, bijvoorbeeld als u in coma bent geraakt of bij vergevorderde dementie. De wilsverklaring bespreekt u met uw zorgverlener zodat die het kan vastleggen in het persoonlijk dossier.



# Notities



Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal dotted lines.





Netwerk  
Palliatieve Zorg

Roosendaal, Breeën op Zoom, Tholen

[www.netwerkpalliatievezorgbgt.nl](http://www.netwerkpalliatievezorgbgt.nl)