

Ruimte voor de zin van leven en sterven

Op 5 februari 1998 opende het Leendert Meeshuis zijn deuren, een antroposofisch verpleeghuis voor mensen die om lichamelijke of psychogeriatrische redenen niet meer voor zichzelf kunnen zorgen. Vijf jaar later is er alle reden om het eerste lustrum te vieren: een intern feest afgelopen februari, een openbaar symposium in april en een schets van de kwaliteiten van dit verpleeghuis in Motief.

Marianne de Nooij

Verpleeghuis De Maretak, gehuisvest in twee villa's in Driebergen, werd in 1988 onder meer vanwege bouwtechnische gebreken gesloten. Rob Emous (1946), destijds hoofd verplegingsdienst in het Wilhelmina Kinderziekenhuis in Utrecht, las het artikel De Maretak is dood, lang leve De Maretak en kwam in beweging. In het ziekteproces van zijn zojuist overleden broer had hij sterk beleefd hoe het is om patiënt te zijn. Zou het niet anders kunnen in de zorg? Er kwam een initiatiefgroep van de grond om een doorstart te maken met De Maretak.

Oud-commissaris van de koningin Tineke Schilthuis maakte hier ook deel van uit. 'We wilden iets doen voor zowel de dementerende mens als voor mensen met een lichamelijke handicap, ouderen en jongeren, een huis met ruimte voor zingevingvragen, waar ruimer gekeken wordt dan alleen het lichamelijke. Dat was ons gemeenschappelijke ideaal', aldus Rob Emous. 'We stelden een plan van eisen op en ik stapte van het Wilhelmina Kinderziekenhuis over naar de antroposofische Zeylmankliniek om me ook inhoudelijk voor te kunnen bereiden.'

'Het ziekenhuis Berg en Bosch en het Facilitair Bedrijf gingen echter failliet en daarmee moest ook de Zeylmankliniek worden gesloten. Ons initiatief ging door het oog van de naald. Met al haar politieke ervaring heeft Tineke Schilthuis de zaak doorgedragen. Zij vond uiteindelijk een gesprekspartner in Valckenbosch, het verzorgingshuis van De Christengemeenschap. Vanuit deze samenwerking werd het mogelijk om ons ideaal vorm te gaan geven in een voormalig verpleeghuis op het terrein van Berg en Bosch in Bilthoven. Het huis kreeg twee afdelingen, Pauw (somatiek) en Fazant (psychogeriatric), en ontving de naam van de man die jarenlang als verpleeghuisarts verbonden was geweest aan De Maretak: Leendert Mees. Er werd personeel geworven, ik werd locatiedirecteur en in 1998 konden de eerste zestig bewoners worden verwelkomd.'

Keuzes maken

Hans Altenburg, zorgcoördinator van de afdeling Pauw voor jongere en oudere mensen met een lichamelijke handicap: 'Het was een compleet nieuwe groep werkers met een gemeenschappelijk ideaal en mensen die dit wilden verkennen. En dan begint het pas. Er moest een werkcultuur gaan ontstaan, gewoontes worden gevormd. Je bent gekleurd door je reguliere voorgeschiedenis. Dat vraagt creativiteit om het oude los te laten en het nieuwe te durven proberen. Hygiëne bijvoorbeeld is in ons werk natuurlijk erg belangrijk. We ontdekten dat een omhullende totaalwrijving met etherische olie of een badtherapie best een keer in plaats kon van een volledige wasbeurt. Je moet dan af van het idee dat iedereen onder alle omstandigheden elke dag van top tot teen gewassen moet worden. Vanuit je visie op wat goed is voor lichaam, ziel en geest ga je keuzes maken. Want de zorgzwaarte neemt alsmaar toe. Je kunt niet alles, daarin moet je realistisch zijn. En zo moesten onze idealen in de praktijk vorm gaan krijgen. Dat is een voortdurend groeiproces en we zijn door ervaring heel wat wijzer geworden.'

Antroposofisch arts Saskia Davidse is voor 60% van haar werktijd als verpleeghuisarts verbonden aan het Leendert Meeshuis. Ze doet dit werk samen met de internist Diederik Houwert. Daarnaast werkt Saskia voor het verzorgingshuis Valckenbosch van De Christengemeenschap en Huize Het Oosten van de vrijmetselaars. 'In het Leendert Meeshuis nemen we zowel terminale bewoners op als bewoners die revalideren. De terminale zorg, daar bleken we goed in te zijn. Op het gebied van lichamelijke revalidatie hebben we duidelijk minder te bieden dan bijvoorbeeld zo'n groot revalidatiecentrum als De Hoogstraat in Utrecht. Dat vertellen we de revaliderenden die bij ons aankloppen ook in het aannamegesprek. Maar als iemand onze zorg voor lichaam, ziel en geest niettemin prefereert, dan is hij of zij hartelijk welkom op onze somatische afdeling Pauw.'

'Met alle bewoners van de afdeling Pauw komt vóór de opname het vraagstuk van de actieve levensbeëindiging aan de orde. Wij maken dan onze visie kenbaar. Voor ons is het sterven de overgang van een aan de aarde gebonden bestaansvorm naar een geestelijke bestaansvorm in een goddelijk-geestelijke wereld, een leven na de dood. Voor het leven na dit aardse leven is het van grote betekenis hoe het leven op aarde is verlopen en hoe de overgang naar die geestelijke bestaansvorm wordt gemaakt. Ook de allerlaatste fase van de weg op aarde is daarbij belangrijk. Het ingrijpen in sterfprocessen met het doel het einde te bespoedigen (of ook juist te verlengen) vormt vanuit deze gezichtspunten een inbreuk op het persoonlijke levenslot. In het Leendert Meeshuis maakt euthanasie dan ook geen deel uit van het medisch handelen.

Soms haken mensen dan af. Mocht iemand gaandeweg toch om euthanasie vragen, dan zullen we helpen een goede plek te vinden waar dat kan. Ik heb vanuit mijn werk als verpleeghuisarts, ook voordat ik in dit huis kwam werken, vele stervenden begeleid en hoor eigenlijk elke dag wel: 'dokter, ik wil dood.' Ik heb echter maar heel weinig situaties meegemaakt waarin dit ook echt doorzette. Onze begeleiding van het laatste traject is er op gericht de mens met al onze mogelijkheden op het gebied van pijnbestrijding en palliatieve zorg te steunen en nabij te blijven, totdat het leven echt is voltooid.'

'Ik wil nog graag iets zeggen over onze psychogeriatrische afdeling. Deze afdeling vind ik absoluut een succes. Ik zie het als onze opgave om een dementerende niet tot een 'zombie' te maken, maar iemand zo veel mogelijk bij zichzelf te brengen, geholpen door kunstzinnige therapie, muziektherapie, euritmitherapie. Het is een wereld van verschil met de reguliere zorg. Zó heb ik ooit gehoopt nog eens te mogen werken en gaandeweg lijkt dat hier te lukken. Ik vind het nu ook tijd worden om hiermee naar buiten te treden. Dat gaat op 10 april gebeuren met het symposium Zorg voor lichaam, ziel en geest in congrescentrum Antropia te Driebergen. Het hoeven echt niet ineens allemaal antroposofische huizen te worden, maar al zou er alleen maar iets veranderen in de zorg rondom het sterven, dat zou al mooi zijn.'

Grondsteenspreuk van het Leendert Meeshuis

Moge dit huis rusten
op de goedheid van de aarde,
de muren gezegend
door de vier hemelse winden,
het dak behoed
door de hoge sterren,
opdat allen die hier leven en werken,
die hier beschutting zoeken,
wier levenswegen hier samenkomen
hoop en kracht zullen vinden,
liefde en vreugde willen delen

Pauw en Fazant

Jeanne de Jong, zorgcoördinator van de afdeling Fazant, laat het gebouw zien. Lopend door de gangen, rondom de vijf jaar geleden geheel nieuw ingerichte binnentuin, vertelt ze hoe de medewerkers en vrijwilligers in de loop van de tijd echt een team zijn geworden. Naast het gewone afdelingsoverleg is er veel aandacht voor in- en externe opleiding. Achter de personeelskamer is een aparte opleidingsruimte met oefenbedden, een werktafel, boekenkasten. 'Verpleeghuiszorg is teamwerk. Je moet een gezamenlijke mensvisie hebben. Er is hier een sfeer van "we doen het samen". Elke maandagochtend openen we de week met de grondsteenspreuk van het huis (zie kader). Op de overige dagen beginnen we de dag met een spreuk van Rudolf Steiner. Elk jaar, met "de verjaardag" van het huis in februari, kiezen we weer een nieuwe spreuk uit. Medewerkers, vrijwilligers (er zijn er circa zestig) en bewoners die daarbij aanwezig willen zijn komen dan naar de hal. Dat is echt een ontmoetingsmoment. Er wordt nieuws uitgewisseld, gestorvenen worden herdacht. Vaak is ook de familie daarbij aanwezig.'

In de fysiotherapieruimte op de afdeling Pauw is een oudere dame stevig aan het werk, begeleid door de therapeute. 'Na 32 jaar in Den Haag gewoond te hebben, moest ik daar heel wat achter laten. Als gevolg van mijn ziekte kon ik niet langer meer voor mezelf zorgen. Door mijn antroposofische huisarts werd ik op dit huis attent gemaakt. Ik ben hier eerst drie weken gaan logeren. Ik heb dat beleefd als een warme deken die om me heen werd gelegd. Als je dan toch naar een verpleeghuis moet, dan maar het liefst hierheen. Ik ga elke dag naar de ochtendspreuk, dat geeft een groot gevoel van saamhorigheid. Met de Leendert Meesbus word ik door een vrijwillige medewerker elke veertien dagen naar een cursus buitenshuis gereden, lekker er even uit, gewoon tussen andere mensen.'

Op de afdeling Fazant zijn de bewoners zojuist aan tafel gegaan. Broodmaaltijden worden door het huis zelf verzorgd, de biologisch-dynamische middagmaaltijd wordt bereid door het cateringbedrijf Albron. Een mevrouw uit Friesland helpt haar 92-jarige moeder, die ze elke week komt bezoeken, met het toetje. 'Wij hebben maar zeer zijdelings iets met antroposofie, maar toen ik hier vijf jaar geleden voor mama kwam kijken, was ik meteen verkocht. Er zijn hier zo veel mooie activiteiten, elke zondag concerten. Het is ook de sfeer weet je, echte bloemen, geen plastic tulpen op een formica tafel. Ze verdienen het om eens een keer in het zonnetje te staan, het is hier een voorbeeld voor andere verpleeghuizen.'

Onderwijl staat activiteitenbegeleidster Marian Visser op van tafel, waar ze een bewoner heeft geholpen met het eten. Haast verontschuldigend zegt ze: 'Als het nodig is, helpen wij ook op de afdeling, we doen het hier met zijn allen samen. Vanuit de activiteitenbegeleiding gaan we regelmatig zelf koken met een groepje bewoners. Ook al kun je niet veel meer, je kunt altijd nog wel helpen bij de samenstelling van het menu door aan te geven wat je lekker vindt. Maar menig bewoner kan nog heel best de eigen boontjes doppen of de piepers schillen. Door de geuren en de geluiden komen er bij het bereiden van zo'n maaltijd vaak heel wat herinneringen aan vroeger boven. Dat levert dan boeiende gesprekken op. En als het eten helemaal bereid is, dan zeggen we soms tegen onze collega's op de afdeling: "Gaan jullie nou eens lekker eten hier met de mensen, dan gaan wij een tijdje de afdeling op." Ja, dat is dan genieten voor allemaal.' Op de vraag of het voor demente bewoners niet een te grote concentratieboog is om bijvoorbeeld deel te nemen aan de oecumenische dienst van de Samen op Weg kerken, of de mensenwijdingsdienst van De Christengemeenschap in het Leendert Meeshuis, waar ieder die dat wil aan kan deelnemen, antwoordt Marian: 'Ik kan me niet herinneren dat er ooit iemand is weggegaan uit de dienst omdat het niet ging. Ach, wat er in zo'n dienst gebeurt heeft veel te maken met dat gebied waarheen deze mensen al een goed eind op weg zijn. Het dement zijn raakt dan wat op de achtergrond. Ik beleef dat ook als ik bij de taaltraining aan het werk ga met poëzie, gedichten over het seizoen of een naderend feest. De nog wat actievere bewoners lezen het gedicht voor, minder actieve bewoners

zitten er in een kring omheen. Je staat er verbaasd van wat voor gesprekken er naar aanleiding van zo'n gedicht kunnen ontstaan. Ook dan verdwijnt het dement zijn wel eens wat meer naar de achtergrond.'

Kleinschalig

Directeur Rob Emous, gevraagd naar zijn wensen voor de toekomst: 'Ik zou graag willen werken aan meer kleinschaligheid. Er worden momenteel tien bewonersplaatsen bijgebouwd. We komen dan op totaal 74 bedden, waarvan er twee hospiceplaatsen zijn voor kortdurende terminale zorg. De nieuwbouw die nu wordt gerealiseerd gaat een kleinschalig woonproject worden voor licht demente en licht lichamelijk gehandicapte bewoners, die nog zo veel mogelijk zelf het huishouden doen. Wij zijn hiervoor overigens nog op zoek naar nieuwe medewerkers. Kijk, we zijn hier veel bezig met hele basale dingen, eten, drinken, naar het toilet. Mensen moeten hun onafhankelijkheid hier op den duur vaak helemaal opgeven.

Wat mij bezighoudt is hoe we in dit proces omgaan met seksualiteit en intimiteit. Daar ligt nog een behoorlijk taboe op. Het treedt soms aan het licht wanneer iemand psychiatrisch ontremd raakt, maar er wordt niet gemakkelijk over gesproken. Natuurlijk bieden we wel mogelijkheden, maar ik beleef dat vaak toch wat als onnatuurlijk. Is alles voorbij als je naar een verpleeghuis gaat, ook als je nog jong bent? Dat is niet alleen een kwestie van hoe je zo'n gebouw indeelt, het heeft ook te maken met de manier waarop wij er hier als medewerkers naar kijken. Dat gebied van die natuurlijke kleinschaligheid, daar moet het in de toekomst naar mijn idee naar toe.'

Om opgenomen te kunnen worden in het Leendert Meeshuis – dat deel uitmaakt van de AWBZ-verstrekingen – is een verpleeghuisindicatie van het Regionaal Indicatie Orgaan (RIO) noodzakelijk. Dan volgt plaatsing op een wachtlijst (momenteel ongeveer een jaar). Soms duurt het wachten te lang en wordt iemand eerst opgenomen in een ander huis, waarna later overplaatsing naar het Leendert Meeshuis kan volgen. De plaats op de wachtlijst wordt bepaald door het aanmeldingsmoment, de urgentie en de wens tot opname in een antroposofisch huis. Voor de twee hospiceplaatsen (kortdurende terminale zorg) geldt doorgaans geen wachttijd. Plaatsing kan geschieden bij een geschatte levensverwachting van minder dan drie maanden.