

Marieke Uleyn

OMGAAN MET STERVEN EN NADEREND OVERLIJDEN IN DE VOETZORG

**EEN ZACHTE BENADERING
VOOR DE LAATSTE LEVENSFASE**

Iedereen die in de zorg werkt, wordt vroeg of laat geconfronteerd met het stervensproces. Of je nu werkzaam bent in een eigen praktijk, een woonzorgcentrum of het ziekenhuis: de laatste levensfase van een cliënt vraagt om een bijzondere benadering. Ook als voetverzorger bevind je je soms letterlijk en figuurlijk dicht bij iemand die afscheid aan het nemen is van het leven. Hoe ga je daarmee om?



Over de auteur



Praktijk Grusonia

Marieke Uleyn is gespecialiseerd hulpverlener, verbonden aan Praktijk Grusonia. Ze werkt met mensen met een chronische of complexe problematiek en combineert in haar benadering professionele expertise met haar eigen ervaring als chronisch zieke.

EEN ANDERE VORM VAN ZORG

Voetzorg bij een stervende cliënt is fundamenteel anders. Niet het resultaat, maar de beleving komt centraal te staan. Het gaat niet langer om het behandelen van klachten of het verbeteren van mobiliteit, maar om comfort, aanraking, en het schenken van een moment van rust of genot. Zelfs als iemand niet meer spreekt, kan een warme voetmassage of zachte aanraking troost bieden.

EEN PERSOONLIJKE ERVARING

Vandaag ging ik langs in het ziekenhuis voor een voetverzorging. De man was kortademig, duidelijk slijmen op de longen die hij niet kon ophoesten. Het geluid van de happende ademhaling was confronterend. Toch probeer je professioneel én menselijk aanwezig te zijn. Ik sprak hem aan, stelde mezelf voor en vroeg of hij comfortabel zat. Daarna schakelde ik de hulp in van een collega-verpleegkundige om hem goed te positioneren. We lachten even – een klein moment van lichtheid – en gingen dan verder met ons werk. Hij was niet gewend aan voetzorg, dat zag je. Hij woont nog thuis, samen met zijn vrouw, maar dat gaat niet lang meer. Hij is ernstig ziek, afhankelijk van zuurstof, medicatie, rolwagen en sondevoeding. Het werd me snel duidelijk: deze man bevindt zich in de laatste levensfase.

En eerlijk? De laatste tijd kijk ik daar anders tegenaan. Ik kom vaker in aanraking met cliënten in die fase – op geriatrie, in de palliatieve eenheid, of gewoon bij mensen thuis.

Dan besef je: ook daar is voetzorg waardevol. Want het gaat niet alleen om voeten, maar om wat er gebeurt in dat moment. Wat is nog belangrijk? Wat wil de patiënt zelf? Wat wil de familie?

Soms is het een beetje rust, een luchtig gesprekje – niet altijd over ziekte of sterven, maar misschien over het weer, de televisie of de pausverkiezing. Nadien geef je overdracht, denk je kort na over het moment, en dan ga je weer naar huis. Maar het blijft bij je.

WAAROM VOETZORG BETEKENISVOL IS IN DE PALLIATIEVE FASE

- ❖ **Lichamelijke verlichting:** Zwelling, pijn, koude voeten of nagelproblemen kunnen ook in deze fase ongemak veroorzaken.
- ❖ **Zintuiglijke troost:** Aanraking kan kalmerend werken, ook voor wie niet meer kan praten.
- ❖ **Menselijke nabijheid:** Even vasthouden, zonder haast of oordeel, biedt nabijheid zonder woorden.
- ❖ **Een symbolisch gebaar:** De verzorging wordt soms een laatste gebaar van waardigheid.

WAARDEVOLLE AANDACHTSPUNTEN

- ❖ **Respecteer grenzen.** Niet alles hoeft nog. Vraag wat nog gewenst is. Stem af met het zorgteam en de familie.
- ❖ **Zachtheid boven techniek.** Laat scherpe instrumenten wat achterwege. Kies voor het freestoestel, massage, warme doeken of crème.
- ❖ **Creëer rust.** Houd de ruimte stil. Respecteer de sfeer. Ook dat is zorgen.
- ❖ **Blijf menselijk.** Een grapje, een glimlach, een luchtig woord – het brengt ademruimte in moeilijke momenten.
- ❖ **Wees bewust van je impact: Wat jij doet, blijft hangen. Voor de patiënt, voor de familie – en ook voor jezelf.**

TOT SLOT...

ALS VOETVERZORGER BEN JE VAAK DE LAATSTE DIE IEMAND NOG ECHT AANRAAKT. IN DIE AANRAKING ZIT VEEL: ZORG, ZACHTHEID, NABIJHEID.

JE KUNT HET MOMENT VERZACHTEN. DAT IS WAARDEVOL. DAT IS OOK ZORG.