



**Uw naaste in een ziekenhuis?**

# 8 Praktische tips voor mantelzorgers

Als uw partner, ouder, kind, broer, zus of vriend in het ziekenhuis wordt opgenomen, dan wilt u graag goed contact met de artsen en verpleegkundigen. Hoe zorgt u voor goed contact en wat valt er allemaal te regelen als uw naaste in het ziekenhuis ligt of binnenkort naar huis mag?

**1**

*Wees duidelijk over uw betrokkenheid*

Vertel aan de behandelend arts of de eerst verantwoordelijke verpleegkundige op de afdeling dat u de mantelzorger bent van hun patiënt. Geef daarbij aan wat uw rol als mantelzorger is. Laat uw wensen als mantelzorger noteren in het patiëntendossier.

**2**

*Vragen? Ga op zoek naar antwoorden*

Bij de opname van uw naaste heeft u misschien veel vragen. Over de diagnose, de wijze van behandelen, het ziekteverloop of de prognose. Stel ze tijdig en ga actief op zoek naar antwoorden. Informeer ook naar patiënten-verenigingen en lotgenotencontacten.

**3**

*Praat erover!*

Als uw naaste een ingrijpende diagnose heeft gekregen of binnenkort een operatie of behandeling ondergaat, betekent dat voor u als mantelzorger ook veel. Bespreek uw zorgen met uw omgeving, de betrokken artsen en verpleegkundigen. Of ga in gesprek met een maatschappelijk werker of psycholoog. Blijf er niet alleen mee rondlopen!

**4**

*Bespreek de mogelijkheden*

Bespreek bij het opnamebureau of op de afdeling uw wensen als u graag een deel van de zorg wilt blijven uitvoeren tijdens de opnameperiode. Vraag naar de mogelijkheden om bij uw naaste te logeren of bepaalde verzorgingstaken uit te voeren. Maar wees ook duidelijk als u, tijdens de ziekenhuisopname, liever even een stapje terug doet.

**5**

*Denk na over regie*

Maakt u zich zorgen of uw naaste nog goed beslissingen kan nemen? Bespreek dit dan tijdig met uw naaste en maak uw gezamenlijke wensen kenbaar bij de behandelend arts. Belangrijke gespreksonderwerpen kunnen zijn: reanimatie, vastleggen van een wilsverklaring of een opname in een zorginstelling/hospice. Regel deze zaken ook juridisch als dit nodig is. U kunt advies en informatie inwinnen bij een maatschappelijk werker.

**6**

*Regel de zaken voor thuis*

Hoe moet u uw naaste thuis verzorgen? Denk aan medische handelingen, wondverzorging, hulpmiddelen, leefregels of medicijngebruik. Vraag informatie aan de arts of verpleegkundige. Het ontslagbureau in het ziekenhuis geeft advies over het regelen van thuiszorg, wijkverpleging of de inzet van extra praktische (informele) hulp. U kunt na thuiskomst een beroep doen op de wijkverpleegkundige in uw buurt, organisaties voor mantelzorgondersteuning of het Wmo-loket van de Gemeente.

**7**

*Deel de zorg*

Is de zorg voor u naaste lang en intensief? Kijk of familie, vrienden of kennissen van uw naaste op bezoek kunnen komen in het ziekenhuis. En of zij na ontslag uit het ziekenhuis een gedeelte van de zorg van u (tijdelijk) over kunnen nemen. Het is belangrijk dat u de zorg volhoudt en voor u naaste is aandacht van anderen vaak prettig.

**8**

*Zoek ondersteuning*

Langdurig en/of intensief voor uw naaste zorgen heeft een grote impact. Het combineren van taken met langdurige zorg is vaak een puzzel. Maak gebruik van de ondersteuningsmogelijkheden die er zijn: organisatie voor mantelzorgondersteuning bij u in de buurt of het algemeen maatschappelijk werk. U kunt ook vragen/zorgen bespreken met een medewerker van de Nationale Mantelzorglijn van Mezzo.

## Handige adressen voor meer informatie:

- De Nationale Mantelzorglijn van Mezzo: 0900 2020 496
- Steunpunt mantelzorg bij u in de buurt: [www.mezzo.nl/steunpuntmantelzorg](http://www.mezzo.nl/steunpuntmantelzorg)
- Combineren van werk en mantelzorgtaken: [www.werkenmantelzorg.nl](http://www.werkenmantelzorg.nl)
- Vertegenwoordigen van uw naaste: [www.goedvertegenwoordigd.nl](http://www.goedvertegenwoordigd.nl)
- Henriëtte van Gils: [h.vangils@mezzo.nl](mailto:h.vangils@mezzo.nl)