

Revalidatie

Helpen bij de verzorging van uw familielid of bekende

Mantelzorgparticipatie op de revalidatie-afdeling

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

Uw partner, familielid of goede bekende is opgenomen op de revalidatie-afdeling. Hier wordt hij (of zij) verzorgd door verzorgenden en verpleegkundigen. Maar het kan fijn voor hem zijn als iemand die hij goed kent, bij hem blijft en de verzorgenden en verpleegkundigen helpt. Dit noemen wij mantelzorgparticipatie.

In deze folder kunt u lezen hoe u de verzorgenden en verpleegkundigen kunt helpen.

Wat is

- **Revalidant:** degene die is opgenomen op de revalidatie-afdeling.
- **Mantelzorgparticipatie:** iemand die de revalidant goed kent helpt bij de verzorging van de revalidant als hij/zij op de revalidatie-afdeling ligt. Een voorbeeld van mantelzorgparticipatie is rooming-in.
- **Mantelzorger:** degene die helpt. Dit kan de man/vrouw/partner van de patiënt zijn. Maar bijvoorbeeld ook een familielid of een vriend.
- **Naaste:** uw partner, familielid of goede bekende die in het ziekenhuis ligt.
- **Revalidatie-traject:** een periode waarin de revalidant therapie krijgt van verschillende zorgverleners, bijvoorbeeld fysiotherapie, logopedie, ergotherapie. Zo werkt de revalidant aan revalidatie-doelen.

In deze folder schrijven we 'hij', maar dat kan natuurlijk ook 'zij' zijn.

Waar 'verpleegkundige' staat, bedoelen we verpleegkundigen en/of verzorgenden.

Waarom mantelzorgparticipatie?

Een opname op de revalidatie-afdeling kan best spannend zijn. Dan kan het fijn zijn als er iemand bij de revalidant is die hij goed kent. Dit kan ook helpen bij het revalideren. Ook geeft het veiligheid, vertrouwen en rust. Wij werken daarom graag met u samen om uw naaste goed te verzorgen, en om ervoor te zorgen dat hij zich fijn voelt tijdens de opname op de revalidatie-afdeling.

Helpen en rooming-in

Als uw naaste wordt opgenomen, dan kan de verpleegkundige aan u vragen of u vaker bij uw naaste wil zijn. Wat zijn de mogelijkheden?

- U kunt overdag bij uw naaste zijn en/of - op ons verzoek - blijven slapen. Als u blijft slapen, noemen wij dat **rooming-in**;
- Het kan ook zijn dat u wilt meehelpen bij de verzorging van uw naaste, bijvoorbeeld:
 - samen eten.
 - bewegen op de afdeling en helpen bij therapie-momenten. Oefenen met oefenbox.
 - uw naaste wassen en aankleden.
- De verpleegkundige vraagt welke hobby's uw naaste heeft of naar welke muziek hij graag luistert. Dan kunnen de verpleegkundigen daar rekening mee houden.
- Voor de revalidatie is het belangrijk dat uw naaste overdag wakker blijft. Dit is belangrijk voor therapie-momenten en voor een goed dag- en nachtritme. Het kan helpen als iemand bij uw naaste is en hem wakker houdt. Zo is er meer kans dat uw naaste 's nachts goed slaapt.

Wilt u helpen bij de verzorging van uw naaste?

- Overleg dan met de verpleegkundige van uw naaste hoe u kunt helpen.
- Willen u en uw naaste rooming-in? Dan kunnen we overleggen of dit mogelijk is. Als er rooming-in wordt gedaan, dan kijkt de verpleegkundige elke dag of dit nog gewenst en nodig is. De verpleegkundige overlegt hierover met uw naaste en de eerste contactpersoon en/of mantelzorger.

Belangrijk:

- Als de verpleegkundige u vraagt om te blijven slapen (rooming-in), is dat geen verplichting!
- Vertel aan de verpleegkundige van uw naaste wat u wel en niet kan of wil doen.
- Merkt u dat u te moe wordt, zeg dat dan tegen de verpleegkundige van uw naaste.

Meehelpen of rooming-in, bij welke revalidanten?

Dit wordt veel gedaan bij bijvoorbeeld:

- revalidanten met geheugenproblemen;
- revalidanten met een delier;
- revalidanten die geen of minder goed Nederlands spreken;
- revalidanten die onrustig zijn;
- revalidanten die stervend zijn (= terminaal). Meer informatie kunt u lezen in de folder "Informatie en voorzieningen tijdens de waakperiode in het ziekenhuis".

Mensen die 70 jaar of ouder zijn, hebben tijdens hun verblijf op de revalidatie-afdeling meer kans op complicaties. Bijvoorbeeld:

- vallen,
- ondervoeding,
- lichamelijke problemen,
- plotselinge verwardheid (delier).
- ook is er na de verhuizing van ziekenhuisafdeling naar de revalidatie-afdeling meer kans op een delier.

Hoe kunt u helpen?

- **Als uw naaste 's nachts onrustig is:** Als u blijft slapen bij uw naaste, ziet hij dat u er bent. Dit kan rust geven. Dit is goed voor het herstel en de revalidatie.
- **Als uw naaste overdag onrustig is:** Als uw naaste overdag onrustig is, kan het helpen als u er wat vaker bent. Dus niet alleen tijdens de bezoeken. Uw naaste kent u en is dan misschien wat rustiger. Dit is goed voor het herstel.
- **Weigeren om dingen te doen:** Wil uw naaste bijvoorbeeld niet eten? Of wil hij niet geholpen worden door de verpleegkundige? Of weigert hij medicijnen in te nemen? Dan kunt u misschien hierbij helpen.

Afspraken bij meehelpen en rooming-in

- Is de revalidant onrustig, zorg er dan voor dat er niet te veel bezoekers tegelijk zijn.
- Is uw naaste erg ziek? Dan kan het zijn dat het niet goed voor hem is als er steeds iemand bij hem is. De verpleegkundige bespreekt dit dan met u. We hopen dat u dit begrijpt.
- Soms mag de mantelzorger een paar verpleegkundige taken doen. Hiervoor is toestemming nodig

van uw naaste (of diens vertegenwoordiger). De verpleegkundige bespreekt dit met u en vertelt u wat u mag doen. Ook leert ze u hoe u dit moet doen en oefent ze met u.

- Er kan 1 mantelzorger in het ziekenhuis blijven slapen. U slaapt dan in dezelfde kamer als uw naaste en u krijgt een eigen bed.
's Morgens rond 7.30 uur komt de verpleegkundige bij uw naaste langs om eventueel controles te doen (bijvoorbeeld bloeddruk en temperatuur meten) en medicijnen te geven. Ook overdag en 's nachts komt de verpleegkundige regelmatig bij uw naaste langs.
- U kunt gebruik maken van de douche op de afdeling en van het toilet voor bezoekers. U krijgt handdoeken via de verpleegkundige. Neem zelf nachtkleding en toiletartikelen (tandenborstel, tandpasta, douchefris etc.) mee.
- Als u voor/na de bezoektijden bij uw naaste bent, krijgt u koffie en thee. Bent u er de hele dag en nacht, dan krijgt u op de afdeling eten. De maaltijd is gratis voor één mantelzorger. Wilt u mee-eten, dan kunt u dit doorgeven aan de verpleegkundige. Ook andere naasten kunnen mee-eten. Dit moet u dan van tevoren doorgeven aan de voedingsassistente. En hiervoor moet u een voucher halen in het restaurant.
- Bent u voor/na de bezoektijden aanwezig? Houd dan rekening met de rustmomenten en de nachtrust van uw naaste en de andere patiënten.
- Mantelzorgers zijn zelf verantwoordelijk voor wat ze doen. Ze zijn ook aansprakelijk als ze schade veroorzaken bij hun naaste. Medewerkers van Alrijne moeten toezicht houden en eventuele tekortkomingen in de mantelzorg voorkomen en zo nodig verhelpen. Afspraken die zijn gemaakt met de patiënt en de mantelzorgers, zetten we in het elektronisch patiëntendossier.

Na de opname op de revalidatieafdeling, weer naar huis

Als uw naaste weer naar huis gaat, kan het zijn dat er thuis al zorg geregeld was. Wij melden een revalidant altijd weer opnieuw aan. Zo weet de thuiszorg organisatie of het verpleeghuis dat hij in het ziekenhuis heeft gerevalideerd.

Was er nog geen thuiszorg of andere zorg geregeld? En is dit wel nodig omdat het thuis bijvoorbeeld niet goed meer gaat? Dan bespreken wij graag met u en uw naaste welke hulp er nodig is.

Wij sturen informatie over de opname op de revalidatie-afdeling (= overdracht) naar de thuiszorg organisatie of het verpleeghuis. Zo weet men wat er is gebeurd en wat uw naaste nodig heeft. Deze overdracht sturen wij digitaal, en als brief. Bij kwetsbare ouderen (bijvoorbeeld ouderen met dementie) bellen we ook met de thuiszorg organisatie of het verpleeghuis. We vertellen ook aan de huisarts dat uw naaste opgenomen is geweest op de revalidatie-afdeling.

Daarnaast moet u misschien ook zelf dingen regelen voor thuis. Bijvoorbeeld als uw naaste geen thuiszorg heeft of wil. Hoe gaat u thuis uw naaste verzorgen? Denk aan:

- medische handelingen,
- het verzorgen van de wond,
- hulpmiddelen die nodig zijn,
- leefregels of
- medicijnen.

Vraag informatie aan de verpleegkundige of arts. U kunt ook hulp vragen bij organisaties voor mantelzorg ondersteuning of het WMO-loket van de gemeente.

Zorg goed voor uzelf

- Zorgen voor uw naaste kan heftig zijn. Daarom is het belangrijk dat u goed voor uzelf zorgt en genoeg uitrust.
- U hoeft niet de enige te zijn die voor uw naaste moet/kan zorgen. U kunt ook hulp vragen aan andere familieleden, vrienden of kennissen.

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Dan kunt u deze stellen aan de verpleegkundige van uw naaste.