



# Stervensfase

voor naasten en familie



**AZ JAN PORTAELS**  
Algemeen Ziekenhuis Vilvoorde

## Inhoud

<b>Bewustzijn en contact</b>	<b>3</b>
Onrust en verwardheid	3
Voeding	4
Ademhaling	4
Bloedcirculatie	5
<b>Waken</b>	<b>5</b>
<b>Na het overlijden</b>	<b>6</b>
<b>Tot slot</b>	<b>7</b>
<b>Contactgegevens</b>	<b>7</b>

Hoe graag we het ook zouden willen, het tijdstip van sterven is moeilijk te voorspellen. Toch zijn er tijdens de stervensfase lichamelijke en geestelijke veranderingen die kunnen wijzen op een naderend sterven. De volgorde en de mate waarin deze zich voordoen, verschillen van persoon tot persoon. Ze treden op kort voor het overlijden. ‘Kort’ is een moeilijk te definiëren begrip, dit kan variëren van enkele uren tot enkele dagen voor het moment van overlijden.

Aan de hand van deze brochure trachten we antwoorden te geven op vragen tijdens deze moeilijke periode. Aarzel niet om ook de verpleegkundige, arts of andere ziekenhuismedewerkers aan te spreken indien u meer informatie wenst.

## Bewustzijn en contact

De stervende verliest meer en meer het bewustzijn. De momenten waarop u contact heeft, worden minder frequent en korter. Toch zijn we overtuigd dat de stervende persoon tot op het einde gevoelig blijft voor geluid en nog flarden opvangt van wat er rondom hem wordt gezegd. Een zekere rust in de kamer is dan ook belangrijk.

Indien u dit wenst, mag u de stervende zeker aanraken. Vaak zal dit een rustgevend effect hebben.

In de korte tijd voor het overlijden glijdt de stervende meestal weg in een diepe slaaptoestand of coma.



## Onrust en verwardheid

Tijdens de laatste fase gebeurt het dat de stervende een delier (verwardheid) doormaakt. De persoon is op zo een moment niet helder en het lijkt alsof de dingen langs hem heengaan. Iemand met een delier kan de werkelijkheid geheel anders ervaren en dingen horen of zien die er helemaal niet zijn.

Op zulk moment kan u steun bieden door rustig aanwezig te zijn en door eventuele waandenkbeelden of hallucinaties niet tegen te spreken.

Een delier gaat soms ook gepaard met een verhoogde onrust waarbij de stervende het bedlinnen vastgrijpt of nerveuze armbewegingen in het luchtledige maakt. Zorg daarom voor een vertrouwde, rustige, steunende en veilige omgeving met herkenningspunten. Benader de persoon op een kalme en duidelijke manier.

Indien u van mening bent dat de stervende ernstig ongemak ondervindt, breng dan het zorgteam van de afdeling hiervan op de hoogte.

### **Voeding**

Het lichaam is onderhevig aan veranderingen tijdens de stervensfase: de wangen vallen in, de neus wordt spits en de ogen zakken dieper in de oogkassen. Het lichaam vraagt in deze fase niet langer om eten of drinken. Het dorstgevoel te wijten aan vochttekort, is in deze fase niet of nauwelijks aanwezig. Het volstaat om een goede mondzorg toe te passen door de lippen en de binnenkant van de mond te bevochtigen.

Bij een verminderde vochtopname zal de urineproductie ook afnemen. De toegenomen lichamelijke zwakheid kan dan leiden tot incontinentie. Met behulp van incontinentiemateriaal wordt dit ongemak zo veel mogelijk beperkt.

### **Ademhaling**

Ook in de ademhaling treden veranderingen op. Naarmate de dood nadert, verloopt de ademhaling onregelmatiger. U zal merken dat de ademhaling soms stilvalt om na een pauze opnieuw op gang te komen. De tijdsduur tussen ademhalingen wordt steeds langer. Dit wordt door de stervende echter niet als een benauwdheid ervaren. Zijn gelaatsuitdrukking zal eerder rustig en sereen zijn.

Indien u toch tekenen van ongemak opvangt kan u steeds de verpleegkundige of arts hierover informeren en kan eventueel rustgevende medicatie toegediend worden.

Tijdens de stervensfase vallen de normale hoest- en slikprikkelers ook weg. De stervende kan een reutelend geluid maken tijdens de ademhaling, veroorzaakt door slijmen die zich ophopen ter hoogte van de keelholte of luchtpijp. Ook hiervan ondervindt de stervende geen hinder. Indien dit voor de naasten te storend of bedreigend ervaart wordt, kan medicatie of wegzuigen van slijmen (zo min mogelijk), eventueel hulp bieden.

Na de fase van onregelmatige ademhaling en reutelen volgen steeds langere adempauzes, oppervlakkiger ademen en tot slot de laatste adem, wat vaak niet meer is dan een zucht na een lange stilte.

### Bloedcirculatie

Vitale organen zoals hart en longen, worden het langst van bloeddorstrooming voorzien. Dit maakt dat de handen, voeten, neus, armen en benen, koud kunnen aanvoelen. De huidskleur wordt snel grauw en er ontstaan paarsblauwe plekken ter hoogte van de benen.

## Waken

Als sterven dichtbij komt, kan u samen met familie afspreken wie eventueel wenst te waken bij de stervende, zowel overdag als 's nachts. Het kan nuttig blijken een beurtrol op te stellen en elkaar voldoende af te lossen. Waken vraagt immers veel energie, maar is tegelijk een waardevolle periode waarin elkeen op zijn eigen manier afscheid kan nemen.



Tracht voor uzelf het afscheid vorm te geven door muziek te spelen, een tekst te schrijven of steun te zoeken binnen de rituelen van uw eigen levensovertuiging, ...

In het pluralistisch AZ Jan Portaels werken ook een katholiek pastor en een moreel consulent. Indien u bezoek van een van hen wenst of van een vertegenwoordiger van een andere erkende geloofsovertuiging, kan u dit kenbaar maken aan het zorgteam van de afdeling.

Tijdens deze kostbare tijd wordt u geconfronteerd met het loslaten van het leven. Dit kan u als zeer bruuskerend ervaren en soms kan dit aanvoelen alsof het eeuwig duurt. Ieder sterfbed kent echter een eigen tijdsverloop en heeft een eigen tempo dat we zo goed mogelijk moeten trachten te respecteren. Indien het te zwaar om dragen wordt, laat u dan zeker bijstaan door familie, vrienden en eventueel professionele hulpverleners.

Waken is volledig vrijblijvend. Voel u niet schuldig indien u niet waakt of net te laat kwam, velen overlijden in of na een periode van bewusteloosheid. Ook indien u niet waakt, zorgt het zorgteam voor een maximaal comfort van de patiënt.

Indien u wenst deel te nemen aan de zorg van de stervende, kan u het afdelingszorgteam vragen u te tonen wat u kan doen.

## Na het overlijden

Wanneer uw naaste is overleden, neem dan de tijd om op een voor u persoonlijke manier, waardig afscheid te nemen.

Indien u dit wenst kan u samen met het afdelingszorgteam de laatste zorgen toedienen. Daarna kan u de nodige tijd vrijmaken voor praktische regelingen zoals het contacteren van een uitvaartverzorger, ...

Wij beschikken tevens over een informatiebrochure **“Wat te doen bij overlijden?”** in het kader van formaliteiten bij een overlijden, een hulpmiddel in moeilijke momenten doorheen de administratieve mallemolens. Vraag er gerust naar op de verpleegafdeling.



## Tot slot

Wij hopen dat deze informatie enigszins nuttig is en wensen u namens de directie en alle medewerkers van het AZ Jan Portaels veel sterkte en troost tijdens deze moeilijke periode.

Aarzel niet vragen of bemerkingen kenbaar te maken aan iemand van het zorgteam of de arts.

## Contactgegevens

<b>Onthaal</b>	T 02 254 64 00
<b>Levensbeschouwelijke Zorg</b>	T 02 257 55 90
<b>Palliatief support team</b>	T 02 257 58 37



## Algemeen Ziekenhuis Jan Portaels

Gendarmeriestraat 65 | B-1800 Vilvoorde | T 02 254 64 00 | F 02 257 50 50  
info@azjanportaels.be | www.azjanportaels.be



**AZ JAN PORTAELS**  
Algemeen Ziekenhuis Vilvoorde