

Bijzondere verhalen uit de thuiszorg

“Meer samenwerking nodig tussen huisarts en wijkverpleging.”

Anne Elsinghorst schrijft sinds 2018 op [Blogzuster.nl](https://blogzuster.nl) over haar werk als wijkverpleegkundige en in 2022 verscheen haar boek *Zuster in de wijk*¹. Met haar verhalen wil ze het 'suffig' imago van de thuiszorg laten kantelen. Na een paar jaar kwam er een motivatie bij: mensen aan het denken zetten over zin en onzin in de gezondheidszorg. “Wel altijd met een positieve twist, want er wordt al zo vaak zuur over de zorg geschreven.”

TEKST: JOSÉ VAN DER WAERDEN

BEELD: BUURTZORG | PIXABAY/VERONIKA ANDREWS

Elsinghorst (47) werkt 24 jaar als wijkverpleegkundige, waarvan ruim vijftien jaar bij Buurtzorg. Haar eerste blogs verschenen op het intranet van Buurtzorg, en ook daar publiceert ze nog steeds. “Over onderwerpen die in de organisatie spelen, waar ik een mening over heb. Bijvoorbeeld over zij-instromers. Buurtzorgteams mogen zelf beslissen of ze zij-instromers toelaten. Niet alle teams staan te trappelen; begrijpelijk, want het is niet altijd makkelijk. Zelf vind ik zij-instromers belangrijk en ik wil graag dat mijn collega's hier open voor staan. Ik schrijf nooit belerend en een roze wolk zal ik ook niet schetsen. Wel geef ik mooie voorbeelden over wat zij-instromers kunnen betekenen.”

Studenten lopen mee

Ze steekt veel energie in het opleiden van carrière-switchers en initieerde een samenwerking met de geneeskundeopleiding in Nijmegen. “Elk jaar lopen tweehonderd studenten, vlak voor hun coschappen, een dag mee met de wijkzorg. Dat doen ze in het kader van de module 'kennismaken met patiënten'. Voor ons en voor hen is dit heel waardevol. Wij kunnen dokters laten zien hoeveel ze van ons kunnen leren en dat wij hun werk gemakkelijker kunnen maken.” Dat sommige huisartsen de wijkverpleegkundige nog niet goed weten te vinden, vindt Elsinghorst jammer. “Onbekend maakt onbemind. Het zou goed zijn als de wijkverpleegkundige en huisarts elkaar meer zien. Bij een nieuwe aanmelding niet bellen, maar gewoon even binnenlopen bij de huisarts. Gezamenlijke succeservaringen zijn belangrijk. Als je samen iets voor elkaar hebt gekregen, heb je voor altijd een band.”



Ervaringen uit de praktijk

Op haar website [Blogzuster.nl](https://blogzuster.nl) staan inmiddels ruim 150 blogs. Een selectie, aangevuld met extra verhalen, is opgenomen in het boek *Zuster in de wijk*. Het zijn beeldende, ontroerende en vooral menselijke ervaringen uit de dagelijkse praktijk. Alle situaties zijn waargebeurd, maar omwille van de privacy van cliënten paste ze kleine dingen aan. “Ik werk in Wijchen, een klein dorp. Het is niet de bedoeling dat mensen zichzelf herkennen”, zegt ze hierover.

In haar blogs durft ze zich steeds vaker kritisch op te stellen. Over bureaucratische onzin, over wat zinnige >>



MEER ERVARINGEN UIT DE PRAKTIJK

“In plaats van opruimen ging ik bij mevrouw Joling zitten met Keesje op schoot, als ik toch steeds werd beschuldigd van koffiedrinken, kon ik het net zo goed gaan doen. Alle hulpverleningsplannen op een stokje; wat is nu echt belangrijk in het leven van een eenzame tachtigplusser die graag praat?”

Een passage uit de bundel *De nieuwe bejaarde. Verhalen uit de thuiszorg*, die in april 2023 verscheen. Hierin beschrijft Pien Rebel op kleurrijke wijze wat ze meemaakte in de ruim dertig jaar dat ze werkzaam was in de thuiszorg. Pien Rebel (1964) overleed in het jaar dat haar belevenissen zijn gepubliceerd. Met veel humor en relativiseringsvermogen neemt ze de lezer mee in de levens van de mensen die ze bezoekt. Wat vooral raakt zijn haar observaties van kwetsbare ouderen en haar drive om het verschil te maken. Rebel schrijft kritisch over starre protocollen en de toenemende bureaucratie. Ze hekelt het verantwoordingsbeleid van sommige thuiszorgorganisaties. *“Het was me sowieso een raadsel hoe zorgmanagers konden bepalen hoe lang een douchebeurt moest duren, alsof ze allemaal hetzelfde waren en iedereen klaar voor de start naakt in de douche op me zat te wachten.”*

De nieuwe bejaarde. Verhalen uit de thuiszorg is uitgegeven door Uitgeverij Boekscout. De nieuwe bejaarde, Pien Rebel | 9789464686630 | Boeken | bol.com

zorg is en over onnodige zorgkosten. Op 27 september 2023 beschrijft ze dat ze op één avond bij cliënten dertien paar ‘werkloze’ dure steunkousen heeft opgehaald; nieuw in de verpakking of nog in prima staat. *‘Verkregen omdat je recht hebt op twee paar per jaar. Nodig of niet, dat doet er niet toe.’* De steunkousen kregen een tweede kans in Cuba (zie kader).

Te versnipperd

Uitgesproken is Elsinghorst over de huidige organisatie van de gezondheidszorg. Die is in haar ogen veel te versnipperd. “Veel van wat een wijkverpleegkundige vroeger zelf deed, is nu verdeeld over heel veel verschillende disciplines. Van praktijkondersteuner tot wondverpleegkundige. Wat dat kost aan overleg! Zeker, de thuiszorg is complexer geworden als je kijkt naar langer thuis wonen, eenzaamheid, dementie en psychiatrie. Maar als het over technische handelingen gaat, is er echt niet zoveel veranderd. Ik durf te stellen dat ik het bij negentig procent van de mensen zelf kan redden. En als ik het niet weet, trek ik aan de bel. Het gaat over vertrouwen in onze professie. Nu worden we in de greep gehouden door systemen.” In haar ideaalplaatje wordt elke wijk bemenst door drie of vier wijkverpleegkundigen, een aantal verzorgenden en huishoudelijke hulpen en een maatschappelijk werker. Dit alles in nauwe samenwerking met een huisarts en met veel meer aandacht voor preventie. “In de jaren tachtig en negentig konden wij binnen onze uren wijkbewoners ondersteunen met allerlei vormen van gezondheidsvoorlichting. We organiseerden bijvoorbeeld een middag voor mantelzorgers, over verplaatsingstechnieken in bed.” Binnen de mogelijkheden van haar eigen wijkteam probeert Elsinghorst kleine stapjes te zetten. Momenteel is

ze bezig met het opzetten van een preventieproject voor ouderen en mensen met een lage ses. Buurtzorg stelt hiervoor per wijkteam acht uur per week ter beschikking, vijf jaar lang.

Stapje terug

Kijkend naar de toekomst pleit de wijkverpleegkundige nadrukkelijk voor het zoveel mogelijk betrekken van iemands netwerk. “Als ik een cliënt goed ken, ken ik z’n netwerk en kennen zij mij”, vertelt ze. “Mijn ervaring met familiegesprekken is dat mensen best vaak iets willen doen. Soms vinden wij onszelf veel te belangrijk. Natuurlijk zijn er altijd cliënten die afhankelijk zijn van zorg – daar blijf je komen – maar vaak genoeg kunnen wij een stapje terug doen.” Bijvoorbeeld bij het aantrekken van steunkousen, geeft ze als voorbeeld. “Een verzorgende handeling die de meeste mensen zelf kunnen aanleren. Toch verzetten cliënten zich daar soms tegen, want ze voelen zich eenzaam en zijn gewend dat er twee keer per dag iemand over de vloer komt. Wij proberen die zelfstandigheid dan toch aan te leren en gaan tegelijkertijd met de eenzaamheid aan de slag. Het sociaal domein speelt daar een rol bij, maar bijvoorbeeld ook sleutelfiguren in een wijk.” Of gewoon de burens, aldus een anekdote waarin cliënt Johan opgetogen vertelt: *“De buurman is net weg. Hij kwam een boompje brengen met de lampjes er al in! Kom gauw kijken. (.....) Hij heeft een borrel met me gedronken en zei dat ik een keer bij hem moest komen eten.”* <<

(1) Zuster in de wijk, Anne Elsinghorst | 9789493272071 | Boeken | bol.com



BLOGZUSTER IN CUBA

Anne Elsinghorst verbleef de hele maand oktober 2023 in Cuba, samen met vier collega-wijkverpleegkundigen, zes huisartsen in opleiding en vijf specialisten ouderengeneeskunde in opleiding. Doel was inzicht krijgen in de organisatie van de eerstelijnszorg, met name op het gebied van preventie en samenwerking. Wat viel haar onder andere op?

“Om te beginnen: het land is failliet, er is veel armoede. Wat wij gezien hebben is het restant van hoe het ooit was, en dat was goed opgezet. Met name de samenwerking tussen huisarts en wijkverpleegkundige is mooi, ze werken echt als duo. Ze vertrouwen volledig op elkaar, versterken elkaar. Die verbondenheid zou ik in Nederland ook meer willen zien. Wat verder opviel, is de aandacht voor leefstijl. Er wordt bijvoorbeeld in elke wijk tai chi voor ouderen aangeboden. En als iemand diabetes krijgt, volgt die verplicht een cursus op het aanpassen van de leefstijl.”

