

Nazorg Intensive Care

Informatie Intensive Care

Nazorg Intensive Care

Inleiding

Een opname op de Intensive Care (IC) is voor de patiënt en zijn naasten een ingrijpende periode. Als de patiënt weer thuis is kan het herstel nog een tijdje duren. In deze folder staan adviezen en praktische tips voor zaken waar u als patiënt of naasten mee te maken kunt krijgen.

Informatie voor naasten

Voor de naasten is het normaal dat zij zich zorgen maken over de patiënt.

Hier vindt u algemene informatie over de gang van zaken op de afdeling waar u als naasten mee te maken kunt krijgen. U kunt de verpleegkundige of arts altijd om uitleg vragen.

De eerste dagen

Een opname op de IC kan nodig zijn, omdat het lichaam van een patiënt door ziekte, trauma of na een reanimatie niet goed functioneert. Of om de patiënt na een ingrijpende operatie goed te kunnen bewaken. Deze intensieve zorg kan voorkomen, dat op de langere termijn, ernstige schade aan de gezondheid optreedt of dat patiënt overlijdt.

Als de patiënt net is opgenomen op de IC, is het normaal dat u zich hulpeloos voelt. U wilt graag weten wat de kansen op herstel zijn. Het lichaam van de patiënt heeft echter tijd nodig om zich te herstellen. Sterke pijnstillers of slaapmedicijnen kunnen nodig zijn om het herstel te bevorderen. De verpleegkundigen vertellen bij de dagelijkse handelingen wat ze doen, ook als de patiënt buiten bewustzijn is. Een slapende patiënt kan toch aanrakingen ervaren. In de meeste gevallen herinnert de patiënt zich hier echter weinig of niets van.

Wat kunt u, als naaste, doen om te helpen?

Er kunnen dagen voorbij gaan zonder dat de situatie van de patiënt verandert. U kunt dan niet veel meer doen dan naast het bed zitten en wachten.

Wat u wel kunt doen:

- Neem persoonlijke spullen van de patiënt mee.
(bijvoorbeeld het favoriete geurtje, muziek, een foto).
- Neem hulpmiddelen mee zoals een bril en gehoorapparaat.
- Neem toiletartikelen mee zoals tandpasta en tandenborstel, kam, borstel, deodorant en scheerapparaat.
- Praat tegen de patiënt ook al krijgt u geen reactie. Praat bijvoorbeeld over gezamenlijke ervaringen en herinneringen. Lees iets voor uit een tijdschrift of een boek.
- Help met communiceren door de patiënt te laten schrijven, of wijs letters aan op een letterkaart.
- Een dagboek bijhouden voor de patiënt.
- Maak foto's van de patiënt en de kamer. U dient hierbij rekening te houden met het portretrecht. Meer informatie hierover vindt u verderop.
- Verlaat de kamer als de verpleegkundige dit vraagt. Sommige verzorgende of medische handelingen kunnen vervelend zijn om te zien. Soms is er meer ruimte rond het bed nodig.
- Zorg goed voor uzelf en neem voldoende rust. Laat zo nodig familie en vrienden u helpen om de dagelijkse routine thuis door te laten gaan.

Waarom een foto maken en het portretrecht van de patiënt

Het maken van een foto kan op een later moment bijdragen aan het verwerkingsproces van de IC periode. Dit is per persoon verschillend en daarom aan de persoon zelf om aan te geven of hier op een later moment behoefte aan is.

Het maken van foto's, waarbij de patiënt geen toestemming kan geven door bijvoorbeeld de beademing of het niet aanspreekbaar zijn, mogen niet gebruikt worden in welke vorm van multimedia dan ook.

Hierbij geldt het portretrecht. Dat wil zeggen dat een gemaakte foto (van bijvoorbeeld de patiënt) niet zonder meer voor andere doeleinden gebruikt mag worden, dan na toestemming van de patiënt zelf.

Geestelijke ondersteuning

Heeft u als naaste behoefte aan een gesprek over uw gevoelens? U kunt dan in gesprek gaan met onze geestelijk verzorger. Dit kan ook als de patiënt al naar een andere afdeling is overgeplaatst. Heeft u na ontslag van de patiënt nog verder behoefte aan geestelijke ondersteuning? Neem dan contact op met uw huisarts.

Via www.bravistrustpunt.nl vindt u een digitale vorm van mentale ondersteuning.

Kinderen

Wanneer een ouder of familielid op de IC ligt, breekt er een onzekere en spannende tijd aan. Afhankelijk van hun leeftijd hebben kinderen in meer of mindere mate door dat er iets speelt.

U kunt uw kind helpen door:

- De normale dagelijkse gang van zaken zo veel mogelijk door laten gaan.
- Zorg dat een bekende de zorg voor het kind op zich neemt, zodat het kind zich in deze moeilijke tijd ook veilig voelt.
- Op school en andere relevante plaatsen vertellen dat een familielid op de IC ligt.
- Uw kind een dagboek laten bijhouden en tekeningen laten maken. Dit helpt om te begrijpen wat er aan de hand is en maakt het makkelijker om er later weer over te praten.
- Wees eerlijk in uw uitleg over de situatie. Vertel niet dat het allemaal weer goed gaat komen als dat onzeker is.
- Verberg uw emoties niet. Zo leert een kind dat het normaal is om verdriet, angst of boosheid te voelen bij een ingrijpende gebeurtenis.
- Blijf uw kind goed in de gaten houden. Ander gedrag zoals, woedeaanvallen, bed plassen, weglopen of spijbelen kunnen signalen zijn dat het kind veel last heeft van de situatie. Maakt u zich hier zorgen over? Bespreek dit dan met uw huisarts.

Kinderen op bezoek

U vraagt zich misschien af of een kind zijn familielid moet bezoeken als deze op de IC ligt. De leeftijd van het kind speelt hierin een grote rol. Bespreek dit met de verpleegkundige en met het kind. Bereid uw kind goed voor op het bezoek en vertel wat het kan verwachten.

Op de [website icconnect](#) vindt u filmpjes die u en uw kind kunnen voorbereiden op het bezoek aan de IC. Op de IC zijn leesboeken te leen en zijn er kleurplaten aanwezig die helpen om een beeld te geven van de IC.

Bespreek alles na het bezoek nog eens door. Vraag of uw kind nog vragen heeft. Verwerken van deze indrukken kost tijd. Vragen kunnen daarom ook later ontstaan.

Informatie voor de patiënt bij overplaatsing naar de verpleegafdeling

Wanneer uw conditie verbetert, gaat u van de IC naar de verpleegafdeling. Dit kan voor u en uw naasten een grote overgang zijn. U bent vertrouwd geraakt met de zorgverleners en de dagelijkse gang van zaken op de IC. Na de overplaatsing komt u in een nieuwe, mogelijk vreemde omgeving en een nieuwe fase van herstel.

U wordt, als uw situatie dat toelaat, gestimuleerd om meer dingen zelf te gaan doen. Op de verpleegafdeling is geen bewakingsapparatuur. Er zijn andere artsen en verpleegkundigen en bovendien minder verpleegkundigen dan op de IC. Daarnaast zijn zij niet altijd in uw directe nabijheid. Als u hulp nodig heeft kunt u op de bel drukken. Niet meer voortdurend bewaakt worden kan gevoelens van angst en onveiligheid bij u en uw naasten oproepen. Bespreek dit met de arts of verpleegkundige. Samen met u kunnen zij werken aan vermindering van deze gevoelens en verbetering van de situatie.

IC-nazorg

Het doel van nazorg is voorkomen en herkennen van verwerkingsproblemen en inspelen op de ontstane gezondheidsproblemen ten gevolge van de IC-opname.

Nazorg wordt geboden aan de patiënten die 48 uur of langer door middel van beademing, nierfunctie vervangende therapie en/of een andere ingrijpende methode behandeld zijn. Factoren als het hebben van pijn, niet kunnen slapen, controle over je eigen lichaam verliezen, aan de beademing en/of nierdialyse liggen en geen invloed kunnen uitoefenen op de ingestelde therapie kunnen voor de patiënt en hun naasten verwerkingsproblemen veroorzaken. Hierdoor kan het **PICS (Post-IC-Syndroom)** of **PICS-F (Post-IC-Syndroom-Familie)** ontstaan. U kunt last hebben van algehele spierzwakte, vermoeidheid, verminderde eetlust, problemen met concentratie, sneller overprikkeld zijn, angst, slaapstoornissen, dromen of herbelevingen en wisselende emoties.

Voor meer informatie over PICS en PICS-F kunt u kijken op de [website van Icconnect](#) en vragen naar de bestaande folders op de IC.

Wat is de taak van de nazorgverpleegkundige?

De nazorgverpleegkundige houdt 1 of meerdere gesprekken met u. Hierin bespreekt zij de ervaringen en indrukken die u tijdens uw verblijf op de IC heeft opgedaan. Zij kan de voor u eventueel ontbrekende informatie van uw opname verduidelijken en in kaart brengen en u hierin begeleiden.

Nazorgpolikliniek

2 Tot 6 maanden na ontslag uit het ziekenhuis krijgt u een uitnodiging voor de IC-nazorgpoli. Voorafgaand aan dit bezoek ontvangt u een enquête. De enquête richt zich op de lichamelijke, geestelijke en mentale problemen die mogelijk zijn ontstaan na de IC-opname. (symptomen van PICS en PICS-F)

Tijdens uw bezoek kijkt de nazorgverpleegkundige of er symptomen van PICS of PICS-F zijn ontstaan. Indien nodig overlegt de nazorgverpleegkundige met de arts voor een verwijzing naar een paramedische dienst. Dit kan bv. de fysiotherapeut, ergotherapeut of psycholoog zijn. Soms kunt u ook de problemen met de huisarts bespreken en via die weg professionele hulp inschakelen. Na uw bezoek aan de IC-nazorgpoli ontvangt de huisarts een brief met daarin de bevindingen van het bezoek.

Naast de aandacht voor PICS en PICS-F geeft de nazorgverpleegkundige een reconstructie van de IC-opname en kan onder begeleiding een bezoek worden gebracht aan de IC, waar u heeft gelegen. Ook is er de mogelijkheid om een lege patiëntenkamer op de IC te bekijken. U kunt de IC-verpleegkundigen, die u verzorgd hebben ontmoeten, als zij op dat moment aan het werk zijn.

Tot wanneer IC-nazorg

Na het ontslag uit het ziekenhuis heeft u tijd nodig om te herstellen. Uit ervaring weten we dat hier ongeveer een jaar voor nodig is. Na uw bezoek aan de IC-nazorgpoli onderhouden we telefonisch contact en sluiten we de IC-nazorg ongeveer 1 jaar na de IC-opname af.

Bij overlijden van de patiënt wordt de IC-nazorg ook afgesloten. Er vindt dan geen contact meer plaats met de familie/naasten. Het verliezen van een naaste na een periode van intensieve zorg brengt veel verdriet met zich mee en kan klachten van PICS-F versterken. U kunt contact opnemen met uw huisarts om uw klachten te bespreken.

Contact met de nazorgverpleegkundige

De IC-nazorgverpleegkundige kunt u bereiken via de afdelingssecretaresse of via de verpleegkundige van de afdeling waar u verblijft.

Bravis ziekenhuis

- locatie Bergen op Zoom, afdeling Intensive Care tel. 088 70 67 469
- locatie Roosendaal, afdeling Intensive Care tel. 088 70 68 600

Email nazorgverpleegkundige: ic.nazorg@bravis.nl

Nuttige websites

www.icconnect.nl (patiëntenorganisatie voor (voormalig) IC patiënten en hun naasten).

www.bravistrustpunt.nl (digitale geestelijke ondersteuning)

www.muz-ic.nl (kan muziek geven tijdens een IC-opname)

Patient Journey app. Deze app is te downloaden op Android of Apple.

08/23