

Wijkverpleegkundige Jacqueline Hendriks over haar net uitgekomen boek

'Doe waar je cliënt behoefte

In deze rubriek komen professionals aan het woord die inspireren. Niet alleen hun functie, maar ook hun lef, enthousiasme en visie zijn aanleiding voor een interview. Deze keer wijkverpleegkundige Jacqueline Hendriks, al tal van jaren werkzaam in wat ze zelf 'het mooiste vak van de wereld' vindt. Ze schreef er een boek over: *Boven het maaiveld schijnt de zon*.

Tekst: Hellen
Kooijman

Jacqueline Hendriks (52) was niet altijd werkzaam in de wijkverpleegkunde, zo laat ze aan de telefoon weten. Ze werkte de eerste zeven jaar van haar carrière in de psychiatrie, daarna in het ziekenhuis en vervolgens als praktijkondersteuner ouderenzorg bij een huisarts. Daar kwam ze niet helemaal zonder reden binnen. Het was precies in die periode dat er functiedifferentiatie kwam, zo vertelt ze, 'De wondverzorging moest gedaan worden door de wijkverpleegkundige, het wassen door

'Ik heb geleerd los te laten en de verantwoordelijkheid daar neer te leggen waar die moet liggen'

de verzorgende.' Dat voelde niet alleen minder goed, maar als hbo-v'er was Hendriks bovendien te duur. 'Toen ben ik bij de huisarts gaan werken.' Hoe fijn was het dat het programma Zichtbare schakel werd opgezet, nu alweer negen jaar geleden. 'Daarbij kregen we ook echt de tijd om preventie in de wijk in te zetten. We kregen meer de tijd, mochten breder kijken, werden minder gecontroleerd.'

Bio

Jacqueline Hendriks (1969) voltooide op haar 21e de opleiding hbo-v. Ze werkte daarna zeven jaar in de psychiatrie, gevolgd door het ziekenhuis en daarna als praktijkondersteuner ouderenzorg. Vanaf 2013 werkt ze als wijkverpleegkundige bij Envida in Maastricht. Ze is momenteel ook Ambassadeur Wijkzorg. In 2019 won Hendriks de Ludo Scheres Award en in 2020 kreeg ze de Florence Nightingale Guidelight.

Het 'Huiske' en levenservaring

Sinds 2013 werkt ze als wijkverpleegkundige bij Envida in Maastricht. In een wijk waar van alles aan de hand is. Er is veel gezelligheid, maar ook armoede, huiselijk geweld en eenzaamheid. Zo'n wijk heeft een warm hart nodig, een fysieke plek waar wijkbewoners in en uit kunnen lopen, waar de wijkverpleegkundige de spil is, maar waar ook de huisarts en de wijkagent spreekuur hebben. Dat werd het 'Huiske', een fysieke plek in de wijk waar Hendriks werkt. Het 'Huiske' werd, zo schrijft ze in het voorwoord van haar boek, dé basis voor alle verhalen in haar boek. Daar leerde ze de mensen die ze in zorg had of kreeg - beter of op andere wijze - kennen, daar bevond en bevindt Hendriks zich de hele week. Uit de verhalen in het boek spreekt niet alleen Hendriks ervaring als wijkverpleegkundige, maar ook veel levenservaring. Aan het einde van elke casus in het boek staan geleerde lessen. Hendriks is 52. Toch heeft haar ervaring niet per se met haar leeftijd te maken, meent ze. 'Ik heb zeven jaar in de psychiatrie gewerkt, daarna jarenlang in het ziekenhuis en toen in de wijkzorg. Dus ik heb eigenlijk alles van de gezondheidszorg kunnen meepikken, en dat maakt dat ik er een brede kijk op heb. En natuurlijk, je leeftijd zegt ook wat. Maar toch is dat niet alles. Toen ik als hbo-v'er stage liep - ik was 17 jaar - zei mijn stagebegeleider: "Het is uniek hoe jij met mensen omgaat". Ofwel; het ligt ook in mijn karakter. Ik ben heel nieuwsgierig van aard en daardoor kom je heel ver bij mensen.'

Maar je kunt, zo lees ik, ook loslaten. Dat lijkt me ook belangrijk in je werk.

'Dat heb ik echt moeten leren. Toen ik in de psychiatrie werkte, kon ik de hele avond thuis zitten piekeren; heb ik dat wel goed gedaan? De eerste keer dat een patiënt met borderline aan het einde van de werkdag tegen mij zei: "Ik ga vanavond mijn polsen doorsnijden", was ik in paniek. Maar de tweede keer dacht ik: okay, maar dit kan ik niet voor je oplossen. Door de jaren heen heb ik

aan heeft'



geleerd los te laten, maar ook om de verantwoordelijkheid daar neer te leggen waar hij moet liggen. Vooral dat laatste maakt dat ik weinig stress ervaar in mijn werk. Dat je weet waar je grenzen liggen, dat maakt het gemakkelijker. Neem de wijkbewoner die psychiatrisch patiënt is. Soms neemt hij zijn medicatie niet, soms wel. Dat is lastig, ook voor ons. Maar zijn psychiater heeft samen met deze meneer en ons een keuze gemaakt om thuis te blijven wonen, met het risico dat hij zijn pillen af en toe niet neemt. En dat maakt dat ik kan denken; het is wat het is, het kan zijn dat het een keer niet goed gaat, maar dit is een weloverwogen keuze. Want een opname, daar wordt hij ook niet gelukkiger van.'

Dat is wat je ook in de verhalen in je boek ziet; risico's nemen hoort erbij. Het gaat om zo gelukkig mogelijk leven, en daar hoort dit nu eenmaal bij.

'Ja inderdaad. In het boek beschrijf ik ook het verhaal van Nelly, een vrouw met dementie die kostte wat kost thuis wilde blijven wonen. En ja, er was een gereede kans dat ze kon vallen of anderszins, maar dat hoort erbij. Want ik wist ook dat als ik die vrouw zou laten opnemen op een gesloten afdeling, ze ongelukkig zou worden. Ik vind het vooral van belang dat je kijkt waar de patiënt mee geholpen is. In praktijk betekent dat vaak niet klakkeloos het protocol volgen, maar de wens van de cliënt.'

Aan tafel met...

Dat blijkt ook uit de verhalen in het boek van Hendriks. Nelly bijvoorbeeld vroeg veel aandacht, haalde regelmatig het bloed onder de nagels van de wijkverpleging vandaan. Ze drukte bijvoorbeeld te pas en te onpas op de alarmknop om aandacht te krijgen. Die ze dan kreeg, altijd. Zonder dat ze eigenlijk ooit een woord van dankbaarheid teruggaf. 'Alle liefde

voor een mopperkont', zo is de titel van dit verhaal. En het geeft goed aan waar Hendriks voor staat; doe waar de patiënt behoefte aan heeft. 'Ik heb in al die jaren geleerd goed te kijken en luisteren naar wat de patiënt wil. Niet uit te gaan van wat ik vind dat goed voor hem of haar is. Nelly was soms bloedchagrijnig, ze had moeilijk momenten, soms ging het slecht.

Casus:

Miets en Harry: van kil nest naar warm hart

'Toen ik Miets voor het eerst ontmoette was ze terminaal. Ze had een tumor in haar been en ondersteuning nodig bij het douchen. Haar man Harry en dochter Nicole hielpen haar waar ze konden, maar wassen lukte niet meer. Het koppel was in de 70 en woonde al jaren in 'mijn wijk'. De ontvangst was hartverwarmend, ik voelde me gelijk welkom.

Vonk

Miets was in Maastricht geboren en als weeskind opgegroeid bij de nonnen. Rond haar 18e leerden zij haar hoe ze op zichzelf moest wonen. Tegenwoordig zouden we dat 'begeleid op kamers' noemen. Het moet rond die tijd geweest zijn dat ze Harry ontmoette in de 'Struys', een beroemd café in hartje Maastricht. Ook Harry had geen makkelijke tijd achter de rug. Hij had de eerste zes jaar van zijn leven in een internaat gewoond. Daar waren destijds veel misstanden. Vanaf zijn zesde woonde hij bij familie in een woonwagenkamp. Harry zag in Miets de liefde die hij zo had gemist. Al gauw besloten ze samen te gaan wonen. Eerst op het kamertje van Miets en later zorgden de nonnen ervoor dat het stel een huisje kreeg. Enkele jaren later trouwden ze. Ik vond het een schattig koppel. Ze hadden een goed huwelijk en begrepen elkaar perfect.

Strijd

En dan wordt Miets terminaal ziek. Haar katholieke geloof vraagt van haar dat ze lijdt en geen palliatieve sedatie accepteert. Dat vind ik moeilijk om te zien en ik word er bij tijd en wijlen verdrietig van. Het zijn haar waarden en normen en die moet ik respecteren. Ik bel, samen met Harry, met de WMO-consulent om huishoudelijke zorg aan te vragen. "Heeft mevrouw een verhuishwens?", klinkt het aan de andere kant van de lijn. "Ja, naar de hemel!", roept Harry dan. De lach en de traan zitten dicht bij elkaar. Als Miets steeds zieker

wordt, zie ik hoeveel pijn ze heeft. In haar laatste weken verzorg ik haar dagelijks. Samen met nog een vaste andere collega. Pijnmedicatie is niet afdoende, ze levert een ware doodstrijd. Het is echter niet aan mij om haar te overtuigen. Die discussie hoort bij de huisarts. Hij komt eveneens geregeld langs. Dat is fijn. We praten over de zorg, maar ook over de onmacht die ik voel. Je ziet iemand pijn hebben, vanwege het geloof, en dat moet je toch accepteren.

Ik heb Miets moeten beloven op Harry te passen. En dat doe ik. In de beginperiode ga ik regelmatig bij hem lunchen. De ene keer breng ik belegde broodjes mee, de andere keer verzorgt hij het eten. Zijn dochter let ook goed op 'm en elke dinsdag komt hij naar het 'Huiske'. En als hij er een keertje niet is, hang ik gelijk aan de telefoon. Even kijken hoe het met hem is. De band die ik met hem heb, is voor het leven. Dat komt doordat we zo'n intensieve periode samen hebben doorgemaakt. Ik kan hem niet loslaten en voel me verantwoordelijk. De belofte aan Miets zal ik nooit verbreken.

Mijn les

Ik heb bij Miets gezien dat er geen regels zijn voor een sterfproces. De cliënt bepaalt en jij volgt. Als wijkverpleegkundige ben je in principe een passant. Nooit gaat iets volgens de planning. Iedereen heeft recht op zijn of haar eigen sterfproces. En dat botst soms met je eigen ideeën, normen en waarden. Dat moet je accepteren. Het was een eer om deze begeleiding te mogen doen. Je zit dicht op het verdriet en het raakt mij natuurlijk ook. Maar ze vertrouwden me, deelden hun hoogte- en dieptepunten met me. Je kunt op zo'n moment van meerwaarde zijn. Ook bij de nazorg die zo ontzettend belangrijk is. Het zijn misschien kleine handelingen, maar ze maken onderdeel uit van iets groots. Dat is een van de meest fantastische dingen van het vak. Dat is mijn zingeving.'



Boven het maaiveld schijnt de zon

Jacqueline Hendriks

Auteur: Karin Somers van

Tekstbureau Begin met A

ISBN: 9789090358604

© 2022 Rebelnurse

Meer info op www.rebelnurse.nl



Maar zij wilde in haar huisje blijven wonen, en dat maakten we mogelijk. Ze stierf thuis, nadat ik haar nog een poen (zoen) heb kunnen geven. Ze stierf en het was goed geweest. Want zelfs in haar laatste dagen konden we doen waar ze behoefte aan had. En daar gaat het uiteindelijk om.'

In het boek schrijf je dat het belangrijk is om te durven kleuren buiten de lijntjes. Maar dat krijg je denk ik niet voor elkaar zonder hulp van je team en de organisatie.

'Wij hebben een zelf organiserend team. En wij krijgen heel veel vrijheid van de werkgever en dat maakt ook dat het kan. Het zou kunnen dat dit niet overal zo is, en het zou ook kunnen dat het zelfs binnen Envida niet overal zo is. Over het algemeen denk ik dat je wel als wijkverpleegkundige je mannetje moet weten te staan,

'Preventie is echt een onderdeel van onze taak'

dat je lef moet tonen, en je moet kunnen verantwoorden wat je doet. Bovendien heb ik collega's waar ik veel aan heb, en waar ik alles mee bespreek. We houden elkaar een spiegel voor. En dat maakt het gemakkelijker om gedurfde beslissingen te nemen. En eigenlijk is dat laatste ook precies waarom ik deze casussen heb beschreven. Er wordt vaak gedacht dat het bij de

wijkverpleegkunde vooral gaat om somatiek. Maar er is zoveel meer. Waarom ga ik bij iemand naar binnen waarbij de burens geklaagd hebben over geluidsoverlast? Is het mijn taak om daar naar binnen te gaan? Nee, niet direct. Maar achter iedere vraag zit een andere vraag. Deze man bleek enorm eenzaam te zijn, hij zat gevangen in zijn eigen dwanggedachten. Daar kun je dan toch veel voor betekenen. De oplossingen in deze casus waren heel praktisch. Een stukje aandacht en daginvulling. En dan heeft zo iemand al snel een veel beter leven.' Ze zwijgt even, lacht dan. 'Het is niet zo ingewikkeld allemaal.'

Ten slotte, wat is jouw advies aan wijkverpleegkundigen?

'Ik ben destijds weer als wijkverpleegkundige gaan werken vanwege het programma Zichtbare schakel. Wat daarbij van cruciaal belang was is dat we dat stukje preventie er weer bij kregen. Dat is echt een onderdeel van onze taak. Dat je de vrije rol krijgt om in de wijk te bewegen om vroeg te kunnen signaleren. Met ons 'Huiske' in de wijk zien en horen wij heel veel. Waardoor we al heel vroeg zorg of aandacht kunnen inzetten. Het gaat vaak om kleine dingen. Als bijvoorbeeld de rolluiken bij iemand al lang niet omhoog zijn, komen de burens naar het 'Huiske' met de vraag of we even gaan kijken. Een kleine moeite. Maar wel van groot belang. Ik zou dan ook tegen alle wijkverpleegkundigen willen zeggen: "Zorg dat je preventie altijd meeneemt en dat je er de tijd voor krijgt!" 📌

Hellen Kooijman is (eind)redacteur van Tijdschrift M&G en freelance journalist