

'Ik probeer in te grijpen voordat er echte problemen ontstaan'

Trudy Overkamp (57) is praktijkondersteuner ouderenzorg in Gezondheidscentrum Velp. Ze ziet veel eenzaamheid onder ouderen.

De problematiek van veel oudere patiënten in onze gemeente is niet anders dan elders. Kwetsbare ouderen wonen langer thuis, maar er is niet altijd zicht op hoe zij zich redden. Vaak verzetten mensen zich ertegen dat zij, na een lang zelfstandig leven, hulpbehoevender worden. Als de huisarts problemen signaleert breng ik als praktijkondersteuner ouderenzorg in kaart hoe het thuis met patiënten gaat. Ik geef adviezen over hoe hun situatie kan worden verbeterd. Of ik schakel in overleg met de huisarts andere hulpverleners in. Als praktijkondersteuner heb ik daar meer tijd voor dan de huisarts. De zorg voor ouderen in Velp is niet slecht; er is vrij veel zorgaanbod, zoals thuiszorg, verpleeghuiszorg en sociale activiteiten. De gemeente doet het best goed en is niet te terughoudend met het toekennen van zorg. Mijn werk is vaak preventief; ik probeer in te grijpen vóórdat er een echt problematische situatie ontstaat. Ik denk dat daarmee – net als in de rest van Nederland – de meeste winst valt te behalen. Gemeenten moeten meer inzetten op preventie en op sociale aandacht. Hoewel

ouderen ook zélf iets moeten willen met hun problemen. Ik zie veel eenzaamheid onder ouderen. Mensen die hele dagen alleen doorbrengen en zelfs hun eigen stem nooit meer horen. Het is moeilijk om die mensen nog te motiveren mee te doen aan een activiteit in de buurt. De drempel om de deur uit te gaan wordt steeds hoger.

Vaak raken mantelzorgers overbelast. De generatie die nu voor hun ouders zorgt, heeft daar weinig tijd voor. Ze werken en wonen lang niet altijd in de buurt. Ik probeer de zorglast en de draagkracht van mantelzorgers te bewaken, vooral partners kunnen het erg zwaar hebben. Bovendien zie ik dat mantelzorgers veel van hun vrijheid verliezen. Soms durven ze zelfs niet op vakantie te gaan.

Die eventuele eenzaamheid op hoge leeftijd, de afhankelijkheid van zorg en het feit dat mensen voor je moeten zorgen, daar zie ik tegenop. Als ik in zo'n situatie terechtkom, zonder kwaliteit van leven, en ik ben "klaar met leven" dan hoop ik dat ik de mogelijkheid heb om op een waardige manier mijn eigen leven te beëindigen. Met een pil van Drion, zogezegd. Ik zie nu soms mensen die zeggen dit ook te willen als die mogelijkheid er zou zijn. Of het ook echt uitgevoerd wordt, is natuurlijk de vraag.' **Simone Paauw**

