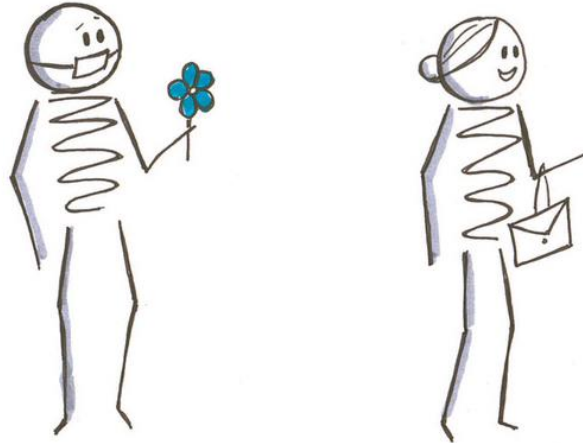


Psychosociale nazorg bij COVID – 19 in de ouderenzorg

Tips en adviezen ten behoeve van cliënten en hun naasten bij de verruiming van de bezoeksregeling



Psychosociale en emotionele gevolgen van de coronacrisis voor cliënten en naasten kunnen lang aanhouden en zijn vaak pas op de lange termijn zichtbaar. Onderstaande tips en adviezen voor cliënten en hun naasten zijn opgesteld door het expertteam psychologen van het UKON. Ze richten zich op normalisering na een COVID-19-uitbraak en op gevolgen van de huidige verruiming van de bezoeksregeling. De tips en adviezen zijn gebaseerd op wetenschappelijke inzichten en praktijkervaringen (zie [bronnen nazorg](#) voor gebruikte bronnen). Dit document is bedoeld voor professionals in de langdurige zorg, zoals zorgmedewerkers, psychologen, maatschappelijk werkers, geestelijk verzorgers en teamleiders.

Nazorg voor cliënten

- Evalueer hoe cliënten de afgelopen maanden zijn doorgekomen; zijn er elementen aan de situatie die positief waren voor de cliënt? Zijn die vast te houden?
- Evalueer de afgelopen periode met cliënten die daartoe in staat zijn en beoordeel of ondersteuning nodig is. Ondersteun door tijd en ruimte te gunnen voor (reflecteren op) gevolgen en het verwerken van afgelopen periode. Creëer hier actief momenten en ondersteuning voor op korte en langere termijn. En normaliseer: veel van de spanning, gedachten en gevoelens zijn een normale reactie op een abnormale situatie.
- Cliënten zijn wellicht mensen kwijtgeraakt (denk bijvoorbeeld aan naasten en andere cliënten). Geef ruimte voor verlies en rouw.
- Cliënten die langdurig in isolatie zijn geweest, kunnen achteruitgaan op somatisch, psychosociaal, emotioneel en/of cognitief gebied. Zie het bijbehorende bronnendocument voor handreikingen en verwijzingen naar neuropsychologische diagnostische instrumenten.
- Wees alert op post-COVID-19-verschijnselen bij huidige en nieuwe cliënten, zeker bij cliënten die door Corona op de IC opgenomen zijn geweest. Zij kunnen een 'Post Intensive Care Syndroom' (PICS) hebben. Binnen dit syndroom passen fysieke klachten,

maar ook cognitieve klachten zoals problemen met geheugen, aandacht, ruimtelijke waarneming en taal. Angst, depressie en posttraumatische stress komen vaak voor.

- Monitor hoe het cliënten vergaat nu de verpleeghuizen weer opengaan. De huidige situatie is een unieke gelegenheid om te beoordelen hoe omgevingskenmerken het gedrag van cliënten beïnvloeden.
- Het weer opstarten van activiteiten en contact met naasten leidt soms tot meer onrust. Cliënt, naaste en medewerkers kunnen hierin samen een goede afweging maken.
- Bij het opstarten van bezoek kan het zijn dat cliënten zich met elkaar gaan vergelijken, met name op somatische afdelingen. Er kan onbegrip of verdriet zijn over verschillen in bezoek. Heb hier oog voor.

Nazorg voor naasten

Langzamerhand is weer bezoek mogelijk in de verpleeghuizen. Dit leidt vooral tot blijdschap bij naasten. Er zijn ook een aantal aandachtspunten in het proces van bezoekverruiming, heb oog daarvoor en beoordeel of ondersteuning van de naaste, of van de zorgmedewerker in het contact met de naaste, nodig is.

- Voor naasten is het spannend om contact weer op te pakken. Het weerzien kan confronterend zijn; mogelijk is de cliënt achteruitgegaan, of herkent de cliënt de naaste niet goed.
- Uit onderzoek blijkt dat naasten het erg fijn vinden om hun rol als mantelzorger weer op te kunnen pakken. Stimuleer ze die rol weer op te pakken en kijk hoe je hen daarbij kunt helpen.
- Momenteel is vaak nog geen contact mogelijk zoals men gewend was (naar het restaurant, met twee mensen op bezoek om het gesprek op gang te houden). Het kan moeilijk zijn voor naasten om op een andere manier contact te moeten maken. Kijk hoe je de naaste hierbij kunt helpen, bijvoorbeeld door ze te adviseren spelletjes, foto's of muziek mee te nemen.
- Het contact tussen zorgverleners en naasten is mogelijk veranderd in de afgelopen periode en vraagt ook nu aanpassing door de bezoeksregels. Het kan voor naasten en zorgverleners prettig zijn om dit bespreekbaar te maken. Zie [CCE's handreiking gespreksvoering](#) voor een hulpmiddel daarbij.
- Naasten kunnen moeite hebben met de beperkingen die de regels hen opleggen, bijv. geen fysiek contact mogen hebben. Ook kunnen ze onbegrip hebben voor verschillen in regels voor medewerkers en henzelf en kunnen van de bezoeksregels afwijken. Rustig blijven en begrip en inleving tonen werken vaak kalmerend. Zie [CCE's handreiking gespreksvoering](#).
- Het kan zijn dat cliënten moeten wennen aan het opstarten van het bezoek; ze hebben wellicht tijd nodig om tot rust te komen of kunnen gespannen zijn. Informeer naasten indien nodig over deze verschijnselen.