

Praktijksituatie:

Eten & drinken als middel voor meer kwaliteit van leven

Voorbeeld huidige situatie:

Kees Koolen is 72 jaar. Hij heeft een aantal jaren geleden zijn vrouw verloren. Sinds het overlijden van meneer Koolen zijn vrouw komt nichtje Elise wekelijks meerdere keren over de vloer om hem te helpen.

Hierdoor doet hij zelf nog maar weinig.

Zijn huis staat dusdanig vol met meubels en spulletjes dat hij er nauwelijks rond kan lopen, al helemaal niet met zijn rollator. Maar dat hoeft hij ook niet.

Per slot van rekening komt Elise opruimen en afwassen, doet de boodschappen en maakt schoon.

De warme maaltijden krijgt meneer Koolen, sinds zijn vrouw overleden is, één keer per week via de maaltijdleverancier. Soms vergeet hij ze op te eten of bewaart hij ze in de koelkast wanneer hij er geen zin in heeft.

Jammer is wel dat meneer Koolen nu nooit meer een harinkje of een lekkere salade krijgt. Alleen als zijn familie langskomt (twee keer per jaar), brengen zij er nog wel eens eentje voor hem mee.

Intussen heeft meneer Koolen ook nog suikerziekte gekregen.

Er is een traplift in huis gemaakt zodat hij veilig naar boven kan, het minder lopen heeft hem veel minder stabiel gemaakt. De traplift is dusdanig geplaatst dat hij niet meer goed de toilet in kan; de wc-deur kan sinds de traplift geplaatst is niet meer helemaal open.

Alles bij elkaar hebben de goede zorgen van nichtje Elise meneer Koolen afhankelijk en passief gemaakt, met nog nauwelijks contacten buiten de deur en weinig regie en verantwoordelijkheid over zijn eigen leven.

Vroeger kon hij nog genieten van het eten, nu is het meer iets dat ervoor zorgt dat hij 'niet dood gaat'. Meneer Koolen vraagt zich regelmatig af wat het leven op deze manier nog voor zin heeft.

Oplossing met eten en drinken als (preventief) middel:

Bovenstaande hulp gebeurt natuurlijk uit de beste bedoelingen. Echter wanneer meneer Koolen niet was 'doodgeknuffeld door zijn nichtje', was hij zelf mogelijk veel actiever gebleven. Nichtje Elise had meneer Koolen ook op andere manieren kunnen ondersteunen bijvoorbeeld door samen met hem boodschappen te doen of hem te helpen met zelf maaltijden te koken. En wanneer zij hem ondersteund had in het zelfstandig dingen in huis te blijven doen (of daar waar nodig hulp had gezocht om hem dit te leren), was hij zelf boodschappen blijven doen, zelf blijven afwassen etc. Hierdoor blijft meneer Koolen meer in beweging en blijven zijn spieren in betere conditie. Tevens zou hij meer hebben kunnen eten wat hij echt lekker vindt. Door meer te blijven bewegen zou ook het evenwicht van meneer Koolen beter zijn gebleven. En met een beter eet- en leefpatroon had misschien ook de suikerziekte uitgesteld of voorkomen kunnen worden. Wanneer bij de traplift een ergotherapeut had gekeken naar de inrichting van de kamer, zou hij veel gemakkelijker in huis hebben kunnen rondlopen.

Tot slot zou zijn grotere beweeglijkheid gemaakt hebben dat hij meer bij zijn familie op bezoek kan gaan, naar vrienden toe kan of in de buurt een wandelingetje kan maken. Hierdoor zouden er meer momenten zijn waarop hij van het leven zou kunnen genieten.

