



DE MENS ZIEN
ZIE-MEN-TIE



Concept, tekst en illustraties
Maartje Santema – Mutsaerts

www.de-mens-zien.nl

JUIST ALS DINGEN

PERSOONLIJK

WORDEN,

DOEN ZE ERTOE





'DE MENS ZIEN'

in plaats van de

'DEMENTIE'

Ik werk in een verpleeghuis en leg bijzondere momenten vast in 1-minuut verhalen en illustraties. Ogenscheinlijk gewone momenten, worden waardevol en 'gezien'.

Het aantal mensen met dementie neemt de komende jaren sterk toe en wordt daarmee nog meer onderdeel van onze samenleving.

Mooi als iedereen, ondanks de dementie, 'de mens blijft zien', in contact blijft met die mens en goed observeert en luistert naar wat mogelijk is. Om zo samen, ondanks die vreselijke ziekte, nog een waardevolle tijd hebben.

DE MENS ZIEN
2023-2024

moeder Carla en Maartje



'HÉ, JOUW STEM LIJKT OP
DIE VAN MIJN JONGSTE DOCHTER!'



Mijn moeder is inmiddels overleden. Ook op de woongroep waar zij woonde draaide ik diensten. Een extra uitdaging, want om als dochter je moeder te verzorgen... daar hadden we allebei geen ervaring mee. Tot mijn verbazing vond ik het lichamelijk verzorgen van mijn moeder eerder bijzonder om te mogen doen dan confronterend. Haar onder de douche helpen, aankleden en verschonen 'als zuster', met haar wandelen, een advocaatje drinken en meezingen met de muziek 'als dochter'. Met elkaar bewogen we mee met de dementie. Als ik aan het werk was, sprak ik haar aan bij haar voornaam Carla, en op bezoek was het 'mam' voor mij. Op een dag tijdens een dienst kwam ik de woonkamer binnen. Ik had net een andere bewoner geholpen met aankleden. Mam zat aan tafel en ze zwaaide naar me. 'Hé Carla, wat zit je daar lekker. En je hebt je rode vest aan wat je zo graag draagt. Het staat je mooi!' Ze kijkt me even goed aan, is even stil en verrast me: 'Hé, jouw stem lijkt op die van mijn jongste dochter, Maartje'.

Douchen, tandenpoetsen en opmaken. Ook als je dementie hebt is het uiterlijk van belang. Verzorgd, waardig en je goed voelen, zelfs al je 103 bent. Mevrouw de Jong* uit bed halen kost een kwartiertje extra. Op de badkamer staan allerlei smeerseltjes, parfum en make up en in de kamer zie je een rek met kettingen en bakjes met oorbellen. De een nog mooier dan de ander. Ik houd verschillende kleren en kettingen voor haar en ze wijst en knikt naar wat ze mooi vindt. Praten kan ze niet meer. Aangekleed en wel zit ze klaar om opgemaakt te worden. Lichtblauwe oogschaduw, felrode lippen, wat rouge en een lekker luchtje. Klaar is Mevrouw de Jong. Of toch niet... ze trekt me aan mijn mouw en wijst naar haar pols. Oh oh, ik ben haar grote, rose horloge vergeten. Eens een schoonheid, altijd een schoonheid.

**De naam Mevrouw de Jong is gefingeerd*





Onafhankelijkheid draagt bij aan je gevoel van eigenwaarde. Dat geldt ook voor mensen met dementie die in een verpleeghuis wonen. Mevrouw Cornelissen* doet het liefst zoveel mogelijk zelf. Ze helpt mee met koken, vuile borden brengt ze naar de keuken en ze helpt andere bewoners. Zelfstandigheid is belangrijk voor haar. Ze is nooit getrouwd geweest en heeft full time 'op kantoor' gewerkt. 'Ik regelde alles voor iedereen'. Ze is een dame die er verzorgd uitziet. Haar haren netjes gekapt en altijd een rok met een bijpassende trui of blouse. Om netjes te blijven, draagt ze voor het ontbijt, voor de lunch en voor het avondeten een schort over haar kleren. Ze heeft er wel vier hangen op haar kamer. Op een ochtend komt ze aangekleed de woonkamer binnen en is klaar voor het ontbijt. Het valt me op dat ze wat vreemd loopt. 'Kijk, ik kan me prima zelf aankleden!' 'Dat zie ik, u ziet er weer prachtig uit!' Verkeerde voet in de verkeerde schoen? Dat maakt niet uit. Zelfstandig zo lang het mogelijk is, wel.

** De naam Mevrouw Cornelissen is gefingeerd*

Ondanks alle goede bedoelingen kan het zijn dat je je in een verpleeghuis niet veilig voelt. Laetitia*, die uit Suriname komt, blijft het liefst op haar kamer en bij het gezamenlijke avondeten gaat ze vaak al voor het toetje van tafel. Op een avond vraag ik haar wat ze fijnvindt om te doen. 'Kijk maar eens zuster, dan laat ik het je zien'. Ze staat op en begint te bewegen. De Oosterse vechtsport Tai Chi is haar ding. 'De krachten die je hebt, leer je te gebruiken. Ik voelde me vroeger niet veilig en wilde iets leren om mij te beschermen. Ik was er best goed in en mocht demonstraties aan Hollandse vrouwen geven'. Alle bewegingen voert Laetitia feilloos uit, als in een soort trance. Gracieuus en katachtig. En dat op haar 86^e! 'Je leert ook om iemand voor te zijn. Kijk recht in de ogen en blijf kijken, dan verzwak je de ander. 'Heb je dat hier dan ook nodig?', vraag ik. 'Ja, ook hier voel ik dat ik bescherming nodig heb'.

** De naam Laetitia is gefingeerd*





Het leven is een feestje. Makkelijk gezegd, best lastig waar te maken. Sjanie* en Koos* kunnen het! Sjanie woont in het verpleeghuis en Koos in een aanleunwoning. Na 67 jaar samen, nu apart van elkaar. 'Maar we hebben het nog steeds goed hoor!' Drie keer per week komt Koos naar Sjanie, met de scootmobiel of met de bus. Ze eten samen, kijken televisie of leggen een kaartje. 'We hebben het ook lastig gehad hoor. Vooral in de oorlog. We moesten eten jatten om in leven te blijven. Maar daar praten we liever niet over, hè Sjanie?' Het is beter om het over de leuke dingen te hebben. Over onze twee lieve kinderen of over de vakanties. Weet je nog die keer in Tenerife toen niemand van die hoge glijbaan durfde. Ik wel hoor'. 'En iedereen stond zeker naar je te kijken. Een uitslover, dat ben je... hahaha.' Ze maken steeds grapjes en dagen elkaar uit. 'Heb ik toch net een stok gekregen, omdat ik wat wankel ben'. 'Nou, daar kan hij mij mee slaan als ik weer eens ondeugend ben! Nou we gaan weer verder Jokeren hoor. Twee jokers aan het jokeren... hahaha'

* De namen Sjanie en Koos zijn gefingeerd

Onrust, iets wat je vaak ziet bij mensen met dementie. Anna* heeft daar veel last van. Ze loopt heel wat af en haar boterhammen eet ze het liefst al lopend door de woonkamer. Zelfs als haar man op bezoek is, gaat ze gewoon haar eigen gang. En hij dus ook, nabijheid is genoeg. Anna is een stoere vrouw, moeder van drie zonen, een echte 'jongens-moeder'. Niet lullen maar poetsen en niet te veel emotioneel gedoe. Ze is op haar best als ze met rust gelaten wordt. Ik moet denken aan het lied 'Laat me' van Ramses Shaffy. Dat zal vast ook haar lievelingslied zijn. We moeten haar met zijn tweeën verzorgen, want al dat getut aan haar lijf vindt ze maar niks en dat laat ze merken! En dan opeens krijg je onverwacht een aai over je arm of kijkt ze je aan en vormt haar mond een kus. Ze heeft nog veel liefde te geven. Op een middag was ik Anna even kwijt. Ik kijk eigenlijk nooit naar de stoel bij het raam, want van zitten houdt Anna niet. Toch zie ik haar daar. In volle rust, knuffelend met een pop. Nog zoveel liefde te geven.

** De naam Anna is gefingeerd*





Wonen met mensen die je niet zelf uitgekozen hebt èn die niet meer in staat zijn zich aan te passen is lastig. Zo krijgt ook Bart* dagelijks te maken met ongevraagd commentaar van medebewoners. Hij heeft enorme last van zijn linkerarm en een pijnstiller kan er niet altijd tegenop. Hij kreunt en steunt en in plaats van medeleven roept iemand: 'hou nou eens op met dat gejammer!' En als ik hem zijn dagelijkse jenever inschenk reageert een ander: 'je denkt toch zeker niet dat ik daaraan mee ga betalen?' Bart laat het onvriendelijke commentaar van zijn medebewoonsters maar aan hem voorbijgaan. 'Ach, laat die vrouwen maar kletsen'. Hij is dominee geweest en heeft veel met studenten gewerkt. De Trouw komt iedere dag voor hem op de woning en daar bladert hij eindeloos in en hij wil nog steeds koud afgedoucht worden. 'Daar krijg je energie van!' En dat op zijn 94e, de bikkelaar. Met een open blik heeft hij altijd naar de wereld gekeken en dat helpt vast mee nu. Als de rust is teruggekeerd valt hij aan tafel in slaap, gemoedelijk naast Gerrit*. Mannen onder elkaar, die hebben geen woorden nodig.

* De namen Bart en Gerrit zijn gefingeerd

Mensen met dementie raken van alles kwijt en dat leidt tot onrust of zelfs paniek. Of is het andersom? Raak je dingen kwijt vanwege onrust? De kip of het ei. Ineke* raakt van alles kwijt en is onrustig. Dit uit zich door vazen leeg te maken, de kunstbloemen in de prullenbak te gooien, kleding uit haar kast in haar kussensloop te stoppen, alles op te ruimen en terug te leggen... op niet voor de hand liggende plekken. Zo brengt ze rusteloos de dag door. 'Ik voel me zo zenuwachtig, kun je me helpen'. Ik ga even naast haar zitten en we kletsen wat. Zo gaat het wel weer even. Dan klampt ze me aan als ik wat later de huiskamer binnenkom. 'Ik zoek de hele tijd iets. Ik ben alleen vergeten wat. O ja, mijn bril.' 'Lieve Ineke, voel eens aan je ogen'. Dan begint ze te glimlachen. 'Ik heb me op. Wat een stommerd ben ik'. Dementie maakt radeloos.

** De naam Ineke is gefingeerd*





‘Was sich liebt, das neckt sich’. Zestig jaar getrouwd en nu uitgescholden worden, of nog erger. Mevrouw Dubois* maakt dit bijna dagelijks mee, als ze bij haar man in het verpleeghuis op bezoek komt. Onbewust agressief gedrag. En onbedoeld. ‘Hij was altijd zo lief voor me. Het is de frustratie en boosheid over zijn situatie, denk ik. Altijd een vrij man, met een goede baan in de advocatuur en nu volkomen afhankelijk’. Hij is kwaad en houdt zijn vrouw stevig vast. Ik leid hem af, zodat zij zich kan losmaken en weg kan gaan. Ik breng hem naar zijn kamer en zet Chopin op. Dat helpt. De muziek neemt hem mee en verzacht. De klanken verdringen de agressie van dat moment. ‘Deze muziek is prachtig. Zo zijn we altijd in liefde met elkaar. Ik moet zeggen dat ik ontzettend veel van je houd.’ Deze woorden zijn voor zijn vrouw.

**De naam mevrouw Dubois is gefingeerd*

1 minuut verhaaltje van collega Manuela

‘Ik kom uit Portugal, maar woon al jaren in Nederland. De opleiding in de zorg heb ik hier gedaan en ik werk inmiddels alweer 22 jaar met ouderen met dementie. Met heel veel plezier! Iedere bewoner heeft zijn gebruiksaanwijzing en ik pas me aan. Bewoners voelen voor mij als familie. Ik heb een plakboek met foto’s van bewoners die gestorven zijn. Zij mogen niet vergeten worden. Ouderen met dementie zijn puur, sociaal wenselijk gedrag kennen ze niet en ze nemen geen blad voor de mond. Dat zorgt voor hilarische momenten. Zoals laatst met mevrouw Jonkers*, die niet meer goed kan zien. Ik ging met haar de lift in en we keken samen in de spiegel. ‘WAH, WAT BEN IK LELIJK MET DIE BRIL!!’ Ik begon hard te lachen, want ik realiseerde me dat ze het over mij had. Zij heeft immers geen bril. Tja, van je bewoners moet je het hebben. Die kunnen niet anders dan eerlijk zijn! Wat een verademing.’

**De naam Mevrouw Jonkers is gefingeerd*





**JUIST ALS DINGEN PERSOONLIJK
WORDEN, DOEN ZE ERTOE**

Wil jij ook een bijzonder moment
vastleggen? Mail me gerust.
maartje@santema.com

Volg mijn Instagram account:
www.instagram.com/demenszien/

Meer informatie over mij:
www.de-mens-zien.nl