

Naar een verzorgingshuis en nu ?

Of uw ouders het nu leuk vinden of niet, soms is een verhuizing naar een verzorgingshuis het beste. Maar hoe vindt u een geschikte plek? En wat kost dat eigenlijk?

TEKST: PETRA SCHOUTEN

Verzorgings- of verpleeghuis?

Een verzorgingshuis biedt zorg en huisvesting aan mensen die (tijdelijk) niet zelfstandig kunnen wonen, bijvoorbeeld door ouderdom, ziekte, een handicap of om te revalideren na een ongeluk of operatie. Ze krijgen hulp bij wassen, aankleden, eten en/of in en uit bed gaan. Een verpleeghuis gaat nog een stapje verder: hier wonen mensen die intensieve zorg en zware medische behandelingen nodig hebben door ernstige lichamelijke of psychische beperkingen. Na een hersenbloeding bijvoorbeeld of mensen die een vergevorderde vorm van dementie hebben. Volgens Annetje Bootsma, specialist ouderengeneeskunde voor verpleeghuizen, verzorgingshuizen en bij mensen thuis vanuit haar Ouderenpraktijk Amsterdam, kom je tegenwoordig alleen nog in aanmerking voor een verpleeghuis als het echt niet anders kan. Dus met zorgzwaartepakket 5 of hoger.

Wat is het juiste moment?

Een goede reden om naar een zorginstelling te verhuizen, is volgens Annetje Bootsma als je erop vooruitgaat. "Voor je besluit om op zoek te gaan naar een verzorgingshuis is het belangrijk om samen met je vader en/of moeder de voor- en nadelen tegen elkaar af te wegen. Wat verlies je bij een verhuizing aan comfort, bekendheid, herinneringen, sociale



contacten, uitzicht en hulpmogelijkheden? Door verhuizing naar een verzorgingshuis verliezen ouderen vaak hun laatste buurtcontact, hun gang naar de supermarkt en hun vaste goedendagknikjes op straat. In de praktijk blijkt dat de kinderen die wekelijks langskwamen, dit na de verhuizing minder vaak doen, omdat ze het idee hebben dat er in een beschermde leefomgeving beter op hun ouders wordt gelet. Positief is dat een kleinere woning overzichtelijker is, in onderhoud een stuk minder arbeidsintensief, dat de bovenste etages altijd bereikbaar zijn en dat het een beschermde leefomgeving betreft. Wat tegelijkertijd een schijnveiligheid is, want ook verzorgingshuizen kampen vaak met criminaliteit."

Kijk & vergelijk

Elk verzorgings- en verpleeghuis heeft zijn eigen karakter en sfeer. Wil je dat je ouders snel aarden, dan is het van belang dat je een huis uitkiest dat bij hen past en niet omdat het bijvoorbeeld toevallig in de oude woonplaats staat. Op Kiesbeter.nl vind je een overzicht van alle verzorgingshuizen en hun kenmerken. Ook kun je zorginstellingen met elkaar vergelijken.

ZorgKiezer.nl is al tien jaar de grootste onafhankelijke vergelijkingsite van ziekenhuizen en zorgverzekeringen. ►



'We hadden geen keus: onze oude ouders waren ineens patiënten'

Peter Schoonheim (1957) werkt als geestelijk verzorger in een penitentiaire inrichting. Tijdens een langdurige ziekenhuisopname van zijn hoogbejaarde moeder gingen Peter en zijn broers op zoek naar een geschikt verzorgingshuis – tot grote frustratie van hun ouders.

PETER: "Het is niet jullie schuld, maar...' Zo begint mijn 86-jarige moeder tegenwoordig elk gesprek. Om vervolgens een lijst met klachten op te sommen over de inleunwoning (zelfstandige woning voor senioren in een verzorgingshuis, red.) waar ze sinds een maand met mijn vader woont. Vreselijk vindt ze het er. Ze mist haar vertrouwde omgeving, baalt dat ze haar eigen was niet kan doen – de wasmachine voor algemeen gebruik staat in het souterrain van het verzorgingshuis – en aangezien hun appartement slechts vijftig vierkante meter is, heeft ze tot haar grote verdriet veel spullen moeten wegdoen. Ik begrijp haar frustratie. En troost mezelf met de gedachte: we hadden geen keus. Van november tot april lag mijn moeder wegens een ernstige depressie met psychotische kenmerken in verschillende ziekenhuizen. Al die tijd woonde mijn vader alleen. Lastig, want hij is slechtiend, vergeetachtig en slecht ter been. Bovendien is pa niet gewend voor zichzelf te zorgen. Hij kan nog geen ei bakken."

Feiten & cijfers

- Op dit moment zijn er binnen ZorgkaartNederland 2217 verpleeghuizen en verzorgingshuizen in Nederland bekend. Het gemiddelde cijfer van alle verpleeghuizen en verzorgingshuizen in Nederland is een 7,3.
- 40% van de tehuisbewoners vindt dat de verzorging gehaast gebeurt en dat het personeel onvoldoende tijd heeft voor een vertrouwelijk gesprek.

(BRON: SCP, OUDEREN IN INSTELLINGEN)

- De gemiddelde leeftijd van mannen in verzorgingshuizen (bijna 82 jaar) is sinds de eeuwwisseling vrijwel constant. Bij vrouwen nam de gemiddelde leeftijd met 1 jaar toe tot ruim 86 jaar.

- Naar verwachting verdwijnen er de komende vijf jaar zo'n 800 van de 2000 verpleeg- en verzorgingstehuizen. Hierbij zullen duizenden ouderen moeten verhuizen uit hun vertrouwde omgeving.

(BRON: SCP, OUDEREN IN INSTELLINGEN)

- Driekwart van de verpleeghuisbewoners is afhankelijk van hulp van anderen voor de persoonlijke verzorging en het naar buiten gaan.

(BRON: SCP, OUDEREN IN INSTELLINGEN, ESB ZORG 2012)



Voelt het hier als thuis? De Dames The zochten het uit tijdens speciale 'zorgvisites'

Thuisthermometer

Zou dit een fijne woonplek zijn voor mijn partner, vader en/of moeder? Met dat in het achterhoofd bezochten Tineke van den Klinkenberg (1947) en Hetti Willemse (1954) – beiden met een brede ervaring in de zorg – de afgelopen jaren op vrijwillige basis meer dan honderd verpleeg- en verzorgingshuizen in heel Nederland. Tijdens deze 'zorgvisites' besteedden de Dames The, zoals ze zichzelf noemen, vooral aandacht aan de vraag of het huis als 'thuis' voelt. Tineke Klinkenberg: "Is er een gezellig restaurant? Heeft het complex een mooie, makkelijk bereikbare tuin? Zijn de algemene ruimtes niet te 'knoei' ingericht? Word je op een hartelijke manier welkom geheten? Hoe huiselijker het voelt, hoe meer 'theekopjes' we uitdelen."

De resultaten van hun bezoeken zijn in de vorm van recensies en honderden tips te vinden op hun site Zorgvisite.nl.

Wat kost dat eigenlijk?

De kamers, de zorg, de maaltijden en de service in een verzorgingshuis zijn voor iedereen hetzelfde, maar de eigen bijdrage die mensen moeten betalen in een zorginstelling kan sterk verschillen. Met een indicatie voor een tijdelijke opname of wanneer de partner nog thuis woont, betaal je de eerste zes maanden een lage eigen bijdrage. Daarna hangt de hoogte van het bedrag af van de persoonlijke omstandigheden (eigen vermogen, leeftijd en gezinssamenstelling). Het lage tarief is per 1 januari 2015 minimaal € 158,60 en maximaal € 832,60 per maand. We zijn min of meer teruggegaan naar de tijd dat je je vermogen bij het bejaardenhuis moest inleveren. De hoogte van de eigen bijdrage is sinds begin dit jaar vooral van het spaargeld afhankelijk en kan oplopen tot maximaal € 2.284,60 per maand. Ofwel, wie spaarzaam leeft wordt beboet. Handig om te weten:

- Elk jaar telt acht procent van uw spaargeld mee als inkomen.
- Er wordt niet gekeken naar het actuele vermogen, maar naar het spaartegoed van twee jaar terug: in 2015 wordt dus gekeken naar de aangifte over 2013.

Hou het leven leuk

In de Randstad ontstaan steeds meer kleinschalige, niet-gesubsidieerde initiatieven die bevorderen dat ouderen van 55 tot 100+ in redelijke gezondheid en welzijn langer thuis kunnen blijven wonen.

- De leden van StadsdorpZuid in Amsterdam willen allen prettig ouder worden. Je kunt lid worden van een film- en eetclub, maar ze organiseren ook fitness en sport met de 'golden girls'.
- Grey Vibes is een theaterwerkplaats voor ouderen. Je kunt er onder professionele begeleiding creatieve workshops volgen, streetdancen, de Charleston leren of meespelen in een theaterproductie.
- Welzijnsorganisaties, gemeenten en verenigingen organiseren ook veel voor ouderen. Het aanbod staat meestal in een wijkkrant.

- Ook alleenstaanden die nog een eigen huis hebben dat te koop staat, betalen de lage eigen bijdrage.
- Bij verhuur kan de woning wel gaan meentellen in box 3 en dan stijgt de eigen bijdrage.
- Wordt het huis verkocht, dan duurt het nog twee jaar voordat je de hoge eigen bijdrage moet gaan betalen.

Dan maar particulier?

Ze zijn meestal gehuisvest in karaktervolle monumentale panden op toplocaties. Niet zo vreemd dus dat particuliere verpleeg- en verzorgingshuizen een gemiddeld cijfer van 7,9 scoren. Er zijn 71 particuliere woonzorgcentra bekend bij ZorgkaartNederland. Er zijn meer voordelen: de kleinschaligheid (zo'n veertien plaatsen) en het ontbreken van een wachtlijst. Je kunt er terecht op het moment dat je het nodig vindt. Nadeel is het prijskaartje. Voor een woonplek betaal je tussen de € 3.000 en € 5.900 per persoon per maand.

Intensieve mantelzorg

De thuiszorg die de vader van Peter Schoonheim kreeg nadat zijn vrouw was opgenomen, was marginaal. "Pa werd bijvoorbeeld maar eens per week gedoucht." Van ouders op leeftijd, kregen Peter en zijn broers opeens twee patiënten. "Dat is even op te vangen, maar uiteindelijk brak de intensieve mantelzorg ons op," zegt Peter. "Mijn vader had zijn tijd liever willen uitzitten in het huis waar hij 45 jaar gelukkig was, maar schikte zich vrij snel in zijn lot. Gelukkig maar, want hier blijven ze de rest van hun leven. Hopelijk raakt mijn moeder snel gewend en kan ze haar weerstand een beetje laten varen." ■

Indicatie aanvragen

- Centrum Indicatiestelling Zorg, Ciz.nl
- Proefberekening kosten, Hetcak.nl
- Vragen over de AOW, Svb.nl
- Vragen over de toeslagen, Toeslagen.nl
- Voor mantelzorgers, Mezzo.nl

Verwijder zelf steelwratten met HeltiQ Skintags, veilig, snel en effectief!



HeltiQ Skintags is een uniek zelfzorgmiddel om steelwratten veilig, snel en effectief te verwijderen. Steelwratten zijn zachte huidkleurige uitstulpingen, soms letterlijk op een steeltje, die met name voorkomen in de **hals, nek, onder de oksels of borsten**. Door de eenvoudige applicatiemethode worden steelwratten verwijderd door middel van cryotherapie (bevriezing). De beschermpleister, die voorafgaand om de steelwrat dient te worden aangebracht, beschermt de omliggende gezonde huid. Skintags is te koop bij drogisterij, apotheek en via internet (adviesprijs € 19,95). www.skintags.nl
Medisch hulpmiddel, lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing.

Wie biedt hulp?

- Mantelaar.nl heeft als doel het menselijke terug te brengen in de zorg. Deze organisatie koppelt geneeskundestudenten aan ouderen uit dezelfde buurt, en met dezelfde achtergrond en interesses. Voor nog geen twee tientjes per uur helpen ze bij het opstaan of naar de wc gaan, het huishouden en administratie. Daarnaast maken ze een ommetje of een uitje naar een museum.
- Op Detop100.nl/zorg-instellingen vindt u de lijst van beste verzorgingshuizen in ons land.
- Alleszelf.nl wil ouderen, mantelzorgers en hulpver-

leners inspireren en helpen om tot op de hoogst mogelijke leeftijd zelfstandig te blijven wonen en zoveel mogelijk zélf te regelen.

- Woonz.nl biedt levensloopbestendige woningen en zelfstandige 55+-appartementen, maar ook aanleun- of zorgwoningen in een verzorgingshuis of verpleeghuis.
- Zelf zoeken naar projectontwikkelingen loont. Zo is in Amsterdam wooncomplex Akropolis in ontwikkeling: appartementen gebouwd vanuit een humanistische visie waarbij autonomie in combinatie met sociale participatie belangrijk is.