



De mantelzorgers Twee kleine zusjes

Twee kleine zusjes, Janny en Ria, allebei geboren in Nijmegen, emigreren met hun ouders naar Australië. Vier jaar later keert het gezin terug naar Nijmegen. Weer later is Amerika – voor een periode van twee jaar – het beloofde land. Daarna wordt en blijft het Nijmegen.

Ze groeien er allebei op, gaan trouwen met twee broers en komen vlak bij elkaar te wonen. Het huwelijk van Janny hield helaas geen stand. Hoe vergroeid met elkaar kun je raken en hoe zwaar moet het dan zijn voor de ene zus om de mantelzorger te worden van de andere? Want Janny kreeg kanker en Ria heeft haar, uiteindelijk, naar het sterven begeleid.

Ria: "In 2008 kreeg mijn zus de diagnose borstkanker, in 2014 is ze gestorven, 71 jaar oud. Dat zijn

zes jaar ups en downs geweest, op allerlei terreinen. Het was zwaar, maar ook mooi, en ik mis haar nog elke dag."

Elke stap achteruit leverde strijd op; toegeven dat je iets niet meer kunt, is altijd en voor iedereen moeilijk. Janny: "We hadden eerder een rolstoel moeten hebben, bijvoorbeeld. We verzonnen geregeld uitstapjes en ik zie ons nog door Amsterdam stropelen, maar ja, die rolstoel bleef heel lang onbespreekbaar." Een traplift thuis kwam er ook, hierdoor bleef Janny mobiel, zij wilde ook graag op haar eigen slaapkamer blijven slapen.

Ria: "Het voelde natuurlijk ook als haar eigen, veilige nest, die slaapkamer boven. Maar eigenlijk was die te klein, vooral toen er verpleging van de thuiszorg moest komen. Pas in de laatste periode stond er een ziekenhuisbed beneden, haar dochter zorgde altijd voor een fris opgemaakt bedje.

Trouw

"Ze kreeg veel liefdevolle aandacht en verzorging van haar kinderen en kleinkinderen, schoonzussen en vrienden. Iedereen bleef trouw en ze genoot van de aandacht. Ook de regelmatige bezoeken aan het ziekenhuis voor een behandeling werden feestjes van herkenning: dezelfde verpleegkundigen, dezelfde patiënten. Samen hielden zij de moed er in". Maar als Janny niet meer alleen kan en wil blijven, wordt de zorg te zwaar voor alleen familie en vrienden. Dus komen, naast de professionele zorgers, de vrijwilligers van VPTZ in beeld. Ria: "Ik geloof dat de transfer-verpleegkundige in het CWZ ons op jullie heeft gewezen. Die kon mijn ongerustheid bezweren door praktisch en stap voor stap mee te denken. En bij het intakegesprek met jullie coördinator voelde het of er iets uit onze handen werd genomen. Wij konden het niet meer alleen; overdag konden wij samen prima, met hulp van de mensen van de thuiszorg, voor haar zorgen, de nachten lukten niet."

"En echt, zonder jullie hadden we het niet gered. Janny en ik zijn, toen het nog kon, bij hospices wezen kijken, maar uiteindelijk voelde het eigen nest voor haar toch het veiligst. En dat het gelukt is haar thuis te houden, voelt heel goed."