

*Ondraaglijk  
licht is  
de zorg*



100 JAAR GELOVEN IN MENSEN

## **Ondraaglijk licht is de zorg**

***schrijfwedstrijd voor alle verpleegkundigen in Vlaanderen  
Teksten laureaten***

*De wedstrijd werd georganiseerd door de Vakgroep Verpleegkunde van het Psychiatrisch Ziekenhuis Onze-Lieve-Vrouw in Brugge naar aanleiding van het eeuwfeest van het ziekenhuis.*

## Bang

*Je te tue!*

De plank met nagels bliksemt rond.

Krakende decibels. Een puinhoop.

Hij staat recht op zijn bed. Massief en dreigend.

Een roodharige reus van veertig. Verwilderde blik.

*Ne m' approche pas!*

Vier verplegers zijn opgeroepen.

De vering van het ziekenhuisbed zakt door onder zijn enorme gewicht.

*Si tu m' approches tu es mort!*

Gisteren werd hij binnengebracht. Met zwaailichtcombi.

Hij leek schuchter. Verlegen. Als een kind bijna. Teruggetrokken in zijn kamer.

Nu hallucineert hij voluit.

Doodsbedreigingen aan onzichtbare belagers. Uit-zinnige paniek.

Zijn wapen is een stuk van de gesloopte kleerkast.

*Je te tue, schiet hij weer.*

Hij is naakt. Pigmentloos lijf bedekt met bleke haren.

Dierlijk ongewassen. Woeste baard. Hij stinkt.

*Tu es un cadavre!*

De kamer davert onder zijn doodsangst.

Geen van ons durft dichteren.

*Je t' écrase!*

Ik bluf zelfverzekerdheid.

*Ne me touche pas!*

Mijn uitgestoken hand beeft.

In politiefilms gaat dit vlot. Hier niet.

Obstakels bonzen in mijn keel.

Drie man rugdekking helpen mij erover.

Ik nader. Hij brult. Ziet hij mij?

*Viens.* Hij wankelt. Snikt.

*Aide moi.*

*Francis Delmeiren*

*alias Cis*

*P.C. Sint-Kamillus, Bierbeek*

## De juiste snaar

‘Ai, dit kan wel eens een zware nachtdienst worden’, denk ik onwillekeurig wanneer de bejaarde Marie met onzekere pas op me af schuifelt. Ze voelt zich al de hele dag niet goed in haar vel en heeft alle registers weer eens opengetrokken. Het is dan steeds hopen om bij haar de juiste snaar te kunnen raken, die de negatieve spiraal doorbreekt en de rust zowel in haar gedachten als in haar daden terugbrengt. In de verte zie ik mijn vermoeide collega’s van de avonddienst nog even gedag zwaaien voor ze de deur achter zich dichttrekken en dan sta ik alleen op de PVT – afdeling met 48 bewoners. Marie is ondertussen traag naderbij geschuifeld en kijkt me wat ineengedoken en met priemende blik aan. ‘Goede avond, Marie’, zeg ik zo luchtig mogelijk.

Haar mond opent zich. Ik verwacht een ijzelijke brul, maar in plaats daarvan hoor ik in een schorre snik de woorden: ‘Ik denk dat ik een slechte vrouw ben.’ Medeleven overvalt me als ik haar daar zo zie staan. ‘Hoe komt het dat je die vraag stelt?’ pols ik.

Ze staart me een ogenblik aan en frons dan haar grijze wenkbrauwen. Nog steeds met schorre stem antwoordt ze: ‘Ik heb al bijna de ganse dag geschreeuwd en ben apart op mijn kamer moeten blijven omdat ik twee keer een andere bewoonster probeerde te wurgen. Ik heb vandaag al voortdurend wurgneigingen en slechte gedachten gehad. Dat zijn toch allemaal slechte dingen.’ Ze kijkt me vragend aan.

‘Wel’, denk ik langzaam luidop, ‘dat wurgen en schreeuwen is natuurlijk niet zo ideaal als je veel vrienden wil maken.’ ‘Maar’, voeg ik er voorzichtig aan toe, ‘ik zie wel dat je er onder lijdt dat je die neigingen en gedachten hebt. Een echt slechte vrouw zou er volgens mij eerder gewoon op los wurgen zonder zich daar later nog vragen over te stellen. En daarom denk ik niet dat jij een doorslechte vrouw bent.’

Haar blik klaart zichtbaar op en ze recht haar rug een beetje: ‘Denk je dat echt?’ ‘Ja, dat denk ik echt. En als je belooft het morgen uit te praten met de half gewurgden en je niet gaat trachten mij ook nog te wurgen, ga ik nu met je mee naar je kamer om je knus onder de lakens te stoppen. Ik zal je een malse

handdoek geven die je wèl mag wurgen zoveel je maar wil. Je kan die ook gebruiken om het geluid te dempen als je nog schreeuwneigingen krijgt. En na een goede nachtrust is er morgen weer een nieuwe dag om orde op zaken te stellen.'

Aan de glimlach te zien zit ik op het goede spoor en we gaan samen op pad. Wanneer ik een uurtje later mijn oor aan haar kamerdeur te luisteren leg, hoor ik de rustige ademhaling van Marie in diepe slaap.

'Ja alles, alles kan een mens gelukkig maken...', zingt het in mijn hoofd en met veerkrachtige tred en een occasioneel danspasje spoed ik me verder naar mijn nachtelijke karweitjes.

*Judith Bogdanow*

*alias Het hummende snaarinstrument*

*PVT 'De luwte'*

*P.C. Ziekeren, Sint-Truiden*

## Ondraaglijk licht is de zorg

‘Sjarel, ik kom. Sjarel waar zijt gij? Ik ben hier, in den hof. Sjarel, ik geraak hier niet weg...’

‘Maak dat je wekomt, hoerenjong. Ik ga naar huis. Het is nog geen nacht, ik moet nog eten. Ons Elza komt mij seffens halen.’

Werken als verpleegkundige in de ouderenzorg, enkel met dementerende ouderen en jonge ouderen met Alzheimer, vraagt veel geduld. Vraagt respect. Vraagt inlevingsvermogen. Vraagt opmerkzaamheid. Vraagt...

Leo is achtenzestig, een mooie man. Hij is weduwnaar en heeft één zoon. Leo loopt rondjes, elke dag. Hij weet niet welke dag het is en na het eten vraagt hij wanneer we gaan eten. Als je hem tegenkomt, bukt hij zich. Raapt niets van de grond en legt het in je hand. Het aan- en uitkleden is moeilijk. Trek je zijn broek af, dan trekt hij die op. En met zijn handen houdt hij zijn hemd dicht. -Zijn zoon komt nooit. Die telefoneert. Hij wil niet zien wat Alzheimer met zijn vader doet.

Odile wrijft met haar handen over de tafels, over de stoelen, over de mensen die in de stoelen aan de tafels zitten. Onderweg doet zij haar rok uit en hangt die bij een ander over de arm. Haar schoenen zet ze op de tafel, in het midden. Haar hemdje plooit ze netjes op. ‘Odile, dat mag niet: je bent hier onder de mensen.’ ‘Zij hebben hier niets te zeggen; als ze er niet tegen kunnen, moeten ze maar weggaan.’

En elke avond, al drie jaar lang, vraagt Leonie of wij voor haar een bed hebben. Nu kan ze niet meer naar huis, het is te donker en ze weet haar fiets niet staan.

Elke dag opnieuw beginnen we aan de zorg. We kijken wie er wakker is en laten de anderen nog even slapen. Wie wakker is mag uit bed, mag mee kijken door het raam naar de nieuwe dag, naar de regen en de wind met af en toe wat zon. Naar de ekster op het gras en naar de wolken. Het wassen en aankleden gebeurt op het tempo van het wakker worden en de geur van koffie sluipt binnen. En wanneer we dan rond een uur of elf samen koffie drinken, achter gesloten deuren, raapt iemand niets van de grond en legt het in je hand; en we lachen en zo houden we het vol, dat eindeloos herhalen, het blijven geven.

We leren leven met deze ouderen, we weten wat geduld is en we weten wat ongeduld is. De kinderen en partners van deze ouderen weten het beter. Zij zien, horen, ruiken, en voelen het verschil met hoe het vroeger was. Soms is het moeilijk om toe te geven aan het verschil. Het lukt soms niet. Dan moet de moeder die de namen van haar kinderen niet meer weet, de rode jurk aan, van toen. De rode jurk staat voor koffie drinken en koekjes en kwetteren met de kinderen en kleinkinderen. En moeder ging mee wandelen 'in den hof', in haar rode jurk. Wij zien hoe die rode jurk prikt, hoe moeilijk het is om die aan te doen, het verzet. Zo zijn wij dat we dat niet zeggen en dat we trekken aan de oude arm, zo zijn wij dat we onder die rode jurk een hemdje met lange mouwen doen tegen het prikken, en dat we in de buurt blijven omdat onze stem meer vertrouwen geeft, en Leontine dan toch iets rustiger is bij haar kinderen, door het geluid van onze stem.

Soms kunnen wij 'toen' niet geloven. Dan kijken we naar de foto's op de kamer en zien er een jongere Gust met een trompet in zijn handen en een pint op tafel. Een mooie vrouw staat aan zijn zijde en ze kijken erg verliefd. De vrouw komt nu altijd klagen. Over de was, over een verdwenen sok, een knoop van een hemd. En Gust kijkt nors naar zijn vrouw, scheldt ons uit voor lichtekooien en zoekt in de zetel warmte naast Roza, die gretig zijn hand vasthoudt kusjes geeft.

En elke dag kan ik naar buiten, op de fiets naar huis met de wind in mijn haren. Ik knuffel onze kinderen en kus. Speel met het huishouden. Maak lijstjes van wat ik niet lust en van wat ik het liefste eet, en wat voor mij de grens is van zorgen voor. Voor later.

*Marie Barbé*

*alias Mira*

*Woon- en zorghuis 'Ter Kerselaere'*

*Heist op den Berg*

## Verlichting

‘Je kent iemand aan zijn schoenen’, zei mijn moeder altijd. Ik kijk naar mijn afgetrapte zolen en duw de deur van de schoenwinkel open. “Think”, een prima merk!’ zegt de verkoopster wanneer ik mijn keuze aanwijs. Ik gluur op de doos naar het prima prijskaartje van 110 euro. Ik twijfel. De verkoopster ziet het. ‘Duurzaam materiaal, mevrouw, licht geloooid leder!’ Vooruit dan maar.

Ik heb late dienst. Op licht geloooid leder zweef ik naar mijn werk. Hoger, soepeler. Voorbij het vroegere knellen en zwellen. ‘Think’ wordt mijn nieuwe lifestyle. Mijn moeder had gelijk.

In het hospice is het druk. Gelukkig zijn er twee vrijwilligsters. Els komt voor de eerste keer. ‘Ik ben Nederlandse,’ stelt ze zichzelf voor.

Meneer Smet ligt in de kamer naast de keuken. Hij klaagt over buikpijn en ziet er tegen op om telkens naar het toilet te stappen. ‘Zet je alvast een toiletstoel op zijn kamer?’ vraag ik aan Els. ‘Een wät?’ Twee vraagtekens in haar ogen. ‘O, een po! Wij noemen dat een po!’ Een uur later is het gezicht van de man nat van het zweet. ‘Een kind krijgen is niets in vergelijking met wat ik nu doorsta,’ kreunt hij.

Tsjaktsjaktsjak... In de keuken worden uien gehakt.

De man snuift als een zwaar beladen pakezel. ‘Diep en traag ademhalen, meneer,’ zeg ik. Els is de enige die het doet. ‘Mijn God!’ roept de man plots uit, ‘het komt, het komt!’

Vlug, vlug op de toiletstoel... Ik leg mijn handen op zijn schouders. ‘Rustig, laat maar komen, het is oké!’

Het mes op de plank: tsjaksjaktsjaktsjak.

‘In Nederland doen we er ook nog een potje in,’ zegt Els met een dunne stem.

Ik heb nu geen tijd voor haar. ‘Ja ja, het komt!’ roept meneer Smet met angstige hoop.

Plots voel ik nattigheid. Mijn Thinks zijn bedolven onder een dikke laag groene smurrie.

'Wat een verlichting!' zucht meneer Smet.

*Martine Wolfaert*

*alias Marieke*

*Coda*

*Klina ziekenhuis*

*Brasschaat*

## Ondraaglijk licht is de zorg

Een duistere nacht, te vroeg het flauwe avondlicht gedempt, buiten huilt zacht maar aanhoudend een herfstwind die uitgedroogde bladeren doelloos in rondjes doet dansen. Even voel ik de luwte op mijn afdeling, alle patiënten zijn in bed, de pillen voor morgen gezet. En plots schrik ik van de metafoor die ik ontwaar in de aanhoudende, huilende wind en de blaadjes die rondjes moeten dansen.

Wie tegenwoordig een magazine ter hand neemt, wordt overspoeld met ziektebeelden. Alhoewel de geestelijke gezondheidszorg gebukt gaat onder een minderwaardigheidscomplex (ziektebeeld!), is ze nog nooit zo aanwezig geweest als vandaag: de ADHD-ers, de ADD-ers, de PTSD-ers, de autisten, de Aspergers, de Borderliners, de depressies, ze rollen als een tsunami over het maatschappelijk land. Alles is ziekte (want voor ziekte staat een machinerie, een traject, een circuit, een netwerk, een voorziening, een farmaceutische industrie klaar). Je hebt een dip? Je voelt je niet zo lekker? Opvliegend? Opvliegers? Vroeger bekeek je het maar. Maar als we er nu een ziekte-label kunnen opplakken, kun je het systeem in, welkom!

En daar zitten wij dan, verpleegkundigen, in het systeem. Omringd door gesofistikeerde software, propere procedures en protocollen, rigoureuze richtlijnen, evidence based care en cure. En ik, ik zit in het geborchte van de nacht: nachtverpleegkundigen, de verdoemden der vermaledijden. Tussen dertig patiënten met een erkend ziektebeeld. Dertig, op zoek naar warmte in het systeem. Dertig, waarbij ook een paar die het slechtste in je boven kunnen halen. Zieker geworden ondanks, soms door, het systeem dat hen leerde er in te overleven. En ik heb leren overleven met hen, ik laat het slechtste bij mezelf niet meer oprispen, ik heb die valkuil leren ontlopen. Dat is de uitdaging: laat je niet uitdagen. Ik incasseer niet, ik geef. Het beste van mezelf. Ik luister. Ik ken mededogen. Ik ontwaar het beetje gebleven sterkte bij de mij toevertrouwde mensen die dit zelf niet meer zien. Van tussen het carcan van regels en procedures reik ik hen een hand. Een open hand, geen vinger of vuist die ze zouden bijten als een hond. Een open hand, niet om hen te strelen; een open hand die ze mogen grijpen, die weer connectie kan maken.

Zo lang in het vak al, en dan bekruipt je toch nog de twijfel. Doe ik dit wel goed? Heeft het zin? Heb ik hier zin? Heb ik weerzin? Wat doe ik in godsnaam in de

nàcht? Ondraaglijk donker is daar de zorg! Ben ik een dwarrelend blad - stilaan meer uitgedroogd en lichter - dat doelloos in het rond moet dansen, in de illusie dat ik de wind die onophoudelijk blijft huilen, leid?

Het huilen buiten houdt op. De eerste klaarte infiltreert de duisternis en de verpleegpost; de nacht wijkt, de dag wenkt. En dan weet ik het weer zeker: het licht verdrijft het donker, die het licht verdreef. De nacht heeft zin. Geeft zin.

Heb ik hier nog zin? Jazeker. Ik heb hier veel zin. In.

*Rita Dupont*

*Alias Boet*

*PZ Onze-Lieve-Vrouw, Brugge*

*PZ Onze-Lieve-Vrouw  
Koning Albert I-laan 8  
8200 Brugge  
050-30 18 00  
info@olv.gzbj.be  
<http://www.pzolv.be>*

