een santeon ziekenhuis

Waakbox

Tijdens het waken bij een naaste die op sterven ligt, is er voor degene die waakt een speciale box. Deze waakbox bevat spulletjes die u en uw dierbare in deze periode meer comfort kunnen bieden.

Waken is de tijd nemen
die kostbaar is geworden:
om samen te herinneren,
om samen terug te kijken,
om samen te praten,
over wat goed en van waarde was,
over wat nog dwars kan zitten,
om te herstellen,
wat nog hersteld kan worden

Meer over waakbox

Tijdens deze periode waakt u bij iemand die belangrijk voor u is. Waken is tijd nemen om samen stil te staan, een tijd van bewustwording en bezinning, een intense en soms ook verwarrende ervaring. Waken is leven in een trage tijd, u moet zich losmaken uit een vaak gehaast bestaan en niemand kan u zeggen hoelang deze periode gaat duren. Het overlijden is nabij en tijdens deze periode komen er vaak allerlei herinneringen en emoties boven. Verleden, heden en toekomst liggen dicht bij elkaar.

Ter ondersteuning in deze periode bieden we u de waakbox. Hierin vindt u allerlei artikelen die u steun kunnen bieden tijdens het waken.

Gebruik van de waakbox

De artikelen uit de box besteden aandacht aan de vijf zintuigen horen, zien, voelen, ruiken en proeven. Het gebruik van de waakbox helpt u mogelijk invulling te geven aan de tijd waarin u waakt; ter informatie, om naar te luisteren, (voor) te lezen, vast te (laten) leggen of ter ontspanning.

Horen

Samen of alleen naar muziek luisteren, of zelf muziek maken. Muziek roept vaak allerlei herinneringen op, kan ontspannend werken of troost bieden. In de waakbox zit een speaker die u via bluetooth aan uw telefoon of tablet kunt koppelen.

(Voor)lezen uit een boek of tijdschrift kan een gevoel van veiligheid geven en door beide partijen als prettig worden ervaren.

Zien

De waakbox bevat verschillende boeken die gaan over afscheid nemen en de emoties die daarmee gepaard gaan. De boeken zijn divers en bevatten gedichten en verhalen. Ze kunnen mogelijk (h)erkenning bij u oproepen en woorden geven aan uw eigen ervaringen. U vindt ook folders over verschillende onderwerpen. Heeft u vragen over een van deze onderwerpen, stel ze dan gerust aan de verpleegkundige.

Misschien voelt u de behoefte iets op te schrijven of te tekenen, het kan een manier zijn om gevoelens of gedachten te uiten. U heeft wellicht behoefte aan het opschrijven van praktische dingen, zoals zaken die geregeld moeten worden of het alvast opschrijven van woorden voor op een rouwkaart.

Het bijhouden op papier van wat er allemaal gebeurt in de dagen van waken kan houvast bieden. Deze notities kunnen later een waardevolle herinnering voor u zijn aan de persoon bij wie u nu waakt en aan de gebeurtenissen in deze periode rondom het overlijden.

Waken kan soms lang duren en wat afleiding kan helpen om de tijd door te komen; even ontspannen met een puzzelboekje of een kaartje leggen. Maak ook gerust gebruik van het mandala-tekeningenboek.

Voelen

Het geven van een massage kan veel steun geven. Het is niet alleen van grote waarde als uiting van lichamelijk contact, maar helpt ook wanneer degene bij wie u waakt niet meer in staat is tot verbale communicatie of wanneer ‘alles al gezegd is'. U kunt de handcrème gebruiken voor een hand- of voetmassage. Eventueel kunt u uw eigen massageolie gebruiken. Het gebruik van een schemerlampje of waxinelichtje op batterijen geeft wellicht wat rust.

Ruiken

Het gebruik van geuren schept een sfeer, kan rust en ontspanning geven en op deze manier het stervensproces ondersteunen. Wij beschikken op onze afdeling over een geurdiffuser met hierbij verschillende geuren die gebruikt kunnen worden. Mocht u hier gebruik van willen maken, laat het de verpleegkundigen van de afdeling weten. Echte (geur)kaarsen zijn helaas niet toegestaan vanwege de brandveiligheid.

Proeven

Een kopje koffie of thee en een kom soep met een broodje erbij; een van de basisvoorzieningen die wij u aanbieden tijdens het waken. Ook kunt u met de verpleegkundigen overleggen als u hier een warme maaltijd of broodmaaltijd wilt nuttigen. De snoepjes in de waakbox geven u wellicht wat verfrissing.

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Palliatieve sedatie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/palliatieve-sedatie)
- Palliatief Advies Team (PAT) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/palliatief-advies-team-pat)
- Stervensfase (https://www.antoniusziekenhuis.nl/stervensfase)
- Waken bij een stervende (https://www.antoniusziekenhuis.nl/waken-bij-een-stervende)

- Verlies van een dierbare (https://www.antoniusziekenhuis.nl/verlies-van-een-dierbare)

Contact Kankercentrum T