

'Soms lijkt het erop dat zij ook positieve kanten ervaart aan alles wat er gaande is'



Plotseling zag het leven er anders uit. Welke gevolgen corona zou hebben voor ons, voor onze naasten, voor de zorg, het bepaalde onze gedachten en onze gevoelens. We waren bezorgd over het wegvallen van contact, van begeleiding, behandeling en dagritme van onze naasten. Terecht, bleek in een aantal gevallen. Toch gebeurden er ook mooie dingen. Een bloemlezing van geluiden uit het land.

tekst Annemiek de Kruijf | yn@ypsilon.org illustratie Anna Wikje Roorda Boersma

En toen was er corona

'Ik moet zeggen dat mijn zoon er zelf wel positief in staat. Hij is gelukkig niet angstig en grapt dat hij altijd al in een lockdown zit. Hij voelt zich gesteund dat andere mensen nu ook een beetje voelen hoe het is om veel thuis te zijn. De huishoudelijke hulp komt niet en dat heeft hij aangegrepen om zelf te proberen zijn appartement schoon te houden. Dat is vorige week heel goed gegaan, kan een toevalstreffer zijn, maar is in ieder geval wel mooi dat het tenminste een keer gelukt is.

Hij kreeg altijd veel bezoek van de woonbegeleiding, casemanager en de psychiater, maar dat is nu helemaal weg. Ik ga wat vaker langs en probeer hem vooral te bewegen om naar buiten te gaan want dat doet hij uit zichzelf niet snel. We bellen zeker tweemaal per dag en tussendoor appen we. Mijn man en ik halen hem regelmatig op om samen met ons te eten. Zo ziet hij nog wat mensen en is hij er even uit, anders wordt het qua contacten wel heel karig.

Ik hoop dat hij straks weer naar zijn vrijwilligerswerk terug wil. Als hij er zo lang uit is, kan het zijn dat hij het nut ervan minder inziet, terwijl het een belangrijk en vast onderdeel van zijn week is én bijna het enige contact met de 'normale' buitenwereld. Het heeft me veel moeite gekost om hem zo ver te krijgen. Hij heeft de neiging om zich snel terug te trekken en verzint dan allerlei uitvluchten om maar niet te gaan. Ik wil heel graag dat zijn netwerk groter wordt en dat hij niet alleen afhankelijk is van mij en mijn man.'

'Ik luister zo veel mogelijk samen met onze dochter naar de persconferenties over het coronavirus. Dan kunnen we dat samen bespreken. Dat helpt, maar toch is ze ongerust. Vandaag noemde minister Hugo de Jonge, toen hij het over kwetsbare mensen had, ook mensen met een psychiatrische kwetsbaarheid. Er kwam een blije glans over het gezicht van mijn dochter. Ze zei: ik word genoemd. Dat deed haar zichtbaar goed en raakte mij.'

Mijn dochter en haar vriend doen het na de eerste paniek nu eigenlijk wel redelijk. Misschien zelfs wel iets beter dan mét al die professionele aandacht. Maar zij hebben gelukkig elkaar én een fijn PGB én veel familiecontact.

Sinds de versoepeling is het leven weer moeilijker voor mijn dochter geworden: door de onduidelijkheid over regels en de grotere drukte in de stad.

Soms lijkt het erop dat zij ook positieve kanten ervaart aan alles wat er gaande is. Ze krijgt meer aandacht van familieleden die nu niet naar school of werk gaan en dus doodgewoon ook meer tijd hebben om aandacht aan haar te schenken. Er wordt veel meer dan anders met haar geappt en gemaild.

LEES VERDER →

De RIBW van mijn zoon beperkt bezoeken tot 1 x per dag. Daaronder valt bezoek van familie, maar ook van de verpleegkundige die medicijnen brengt (2 minuten).

Wij moeten als naasten voor een hek staan en bellen naar de begeleiding. De afstand tussen onze psychotische moeder en ons is 5 meter. We zijn ook al een paar keer weggejaagd!



TWEETS #YPSILON

Paul Blokhuis @PaulBlokhuis

Tijdens de coronacrisis moet de zorg aan ggz-patiënten zoveel mogelijk blijven doorgaan. Als het kan face-to-face en anders via beeldbellen. Dagelijks voeren ggz-partijen en ik crisisoverleg om dit zo goed mogelijk te regelen.

Anneriek Risseeuw @AHRisseeuw

En dat de directeur @bertbijypsilon dan belt om te vragen hoe het gaat en ook met je naaste familielid en daar echt voor de tijd neemt om te luisteren, @MINDypsilon. Heel attent net als de bureaumedewerkers die telefonisch beschikbaar blijven #advies #coronatijden

Wies van den Nieuwenkerk @zwaan09

Top! Wat een bijzondere, sterke, verbindende vereniging is Ypsilon. Ook in coronatijden!

Instellingen en hulpverleners gaan heel verschillend met de beperkende maatregelen om. Van 'nee het mag niet' tot 'wat kan er wél'.

'Natuurlijk zijn veel mensen eenzaam nu ze de dagbesteding moeten missen en de gemeenschappelijke woonkamers in de woonlocaties dicht zijn. Maar de medewerkers doen ontzettend hun best voor de cliënten en verwennen ze met gezellige bezigheden op gepaste afstand en allerlei extraatjes wat eten en lekkernijen betreft.

Met Pasen zijn er brunches rondgebracht, je ziet de blij gezichten van de bewoners op de website. Medewerkers gaan veel wandelen en komen ook aan huis als dat wenselijk is. Mijn zoon komt amper zijn huis uit en zijn behandelaar bezoekt hem wekelijks thuis. Huishoudelijke hulp wordt indien nodig ook gedaan. De medewerkers hebben met familie contact via app, mail of telefoon. Er zijn online meetings met familieraad en behandelaar om bij te praten.'

'Ze kennen elkaar al jaren en zijn lotgenoten, mijn dochter en haar vriend.

Hij was toen het coronavirus de kop opstak nogal van de kaart. Zij bood aan hem regelmatig te bellen zodat hij even kon babbelen. Hij heeft vooral sociale contacten via zijn dagbesteding. Die sloot de deuren. Ook voor mijn dochter viel er een stilte toen haar dagbesteding stopte, al merkte zij dat ze meer appjes, mailtjes en telefoontjes kreeg van mensen die anders druk waren met school of werk. Haar voorstel om vaker met elkaar te bellen deed ze een paar weken geleden. Gisteren belde haar vriend dat hij weer gesproken had met zijn hulpverlener die hem adviseerde te minderen met de telefoontjes met mijn dochter. Het zou hem te veel met de neus op de corona-omstandigheden drukken. Hij wilde het beperken tot twee keer per week.

Mijn dochter luchtte haar hart bij mij: 'Typisch van die inhoudsloze maniertjes van hulpverleners, ze kijken niet verder dan hun neus lang is, we hebben het bijna nooit over corona, met opzet niet.' We spraken over wat het voor haar zou betekenen en de woede nam enigszins af. Ik kon me veel voorstellen bij haar woede-uitbarsting. Het dagelijkse bellen was haar idee geweest waarmee ze hem wilde steunen en dat leek te werken. Nu kwam er iemand tussen die haar kant van het verhaal niet kende. De fijne gedachte het samen op te lossen was weg. Had zijn hulpverlener niet beter kunnen voorstellen om het in een videogesprek te regelen met z'n drieën?'

'De bezoeken aan of door de hulpverlening zijn beperkt. Cliënten mogen op bepaalde tijden langskomen voor medicijnen en een kop koffie. Dan zit er wel iemand voor een praatje, maar dit volstaat niet bij de zwaardere gevallen. Telefonische begeleiding werkt niet goed bij deze cliënten.'

LEES VERDER →

Voor **zorgverleners** valt het ook niet mee. Zij laveren tussen eisen, wensen, vragen, behoeften en verboden. En het raakt ook hun persoonlijke situatie.

‘Corona heeft veel invloed op de afdeling. We hebben mensen die door wegvallen van de dagstructuur ernstig ontregelen en bij wie het niet langer verantwoord is om hen thuis te laten.’

‘Corona is onderdeel van menige psychose. In een paranoïde waan waarbij corona een complot zou zijn van een organisatie om de individualisering van de maatschappij te voltooien. Anderen hebben zoveel stress van de isolatiemaatregelen of diepe corona-angst bij een opkomende verkoudheid dat ze psychotischer worden.’

‘Bezoek is drastisch ingeperkt. Dat is droevig want er is al veel eenzaamheid en (stil) verdriet en juist dan kan een steunend en betrokken netwerk veel betekenis hebben.’

‘Wij, doorgewinterde (oudere) verpleegkundigen verzorgen de ernstigste patiënten en doen crisisopvang en depotmedicatie. Ik hoor dat er zoveel mogelijk bescherming voor de nu hoogst gerespecteerde beroepsgroep in de zorg komt. Terecht! Maar horen wij daar ook bij?’

‘De mensen voor wie wij bewindvoerder zijn gaan er prima mee om. Het zijn eerder de naasten die onrustig zijn. Een paar cliënten vroegen meer geld om te kunnen hamsteren. Daar hebben we nee op gezegd. Want ze moeten toch zeker eens per week naar de winkel om vers en gezond te halen. Ze gaven ons eigenlijk direct gelijk.’

10 tips voor mantelzorgers van mensen met psychische klachten in coronatijd

- 1 Veiligheid eerst – wat kunt u doen bij huiselijk geweld?
- 2 Praat erover – zoek steun en vraag hulp
- 3 Spreek met uw naaste over de nieuwe situatie
- 4 Maak afspraken met uw naaste
- 5 Tips voor jonge mantelzorgers
- 6 Als uw partner ziek is en u kinderen heeft
- 7 Wees niet te streng voor uzelf
- 8 Wat als u zelf ziek wordt?
- 9 Wat als de persoon voor wie u mantelzorgert ziek wordt?
- 10 Heb ook plezier met elkaar!

Met een overzicht met hulplijnen met informatie

Logos: Trimbos, Labyrint-In Perspectief, MIND, MantelzorgNL, Ypsilon, Movisie

Mantelzorgen in coronatijd

Mantelzorgers van mensen met psychische problemen hebben het normaal gesproken al zwaar, door de coronamaatregelen komen hier extra moeilijkheden bij. Daarom maakten een aantal organisaties samen een **top 10 met tips voor mantelzorgers** om overeind te blijven. De tips gaan over afspraken met je naaste, de situatie met kinderen, jonge mantelzorgers, wat je kunt doen als jij zelf of je naaste ziek wordt, veiligheid, maar ook over plezier maken en goed voor jezelf zorgen. Een lijst met informatie en hulplijnen is bijgevoegd. Daarnaast zijn er ook **tips voor gemeenten**. Want juist nu kunnen gemeenten, steunpunten mantelzorg en andere organisaties in het sociaal domein een belangrijke rol spelen in het ondersteunen van mantelzorgers ggz.

Beide top 10's zijn gemaakt door Ypsilon, Labyrint-In Perspectief, MIND, MantelzorgNL, Movisie en het Trimbos-instituut en te downloaden via de coronapagina van Ypsilon: www.ypsilon.org/corona