

Weer thuis na opname in het ziekenhuis

Je medisch specialist/hoofdbehandelaar bepaalt wanneer je naar huis gaat na opname in het ziekenhuis. Dit kan eerder zijn dan je zelf verwacht. Het is belangrijk om al in een vroeg stadium na te denken over je herstel en nazorg en om zelf stappen te ondernemen om zaken hiervoor te regelen. Denk bijvoorbeeld aan maaltijden, hulpmiddelen, hulp bij het huishouden, persoonlijke verzorging, verpleging, begeleiding of verblijf in een zorghotel.

In eerste instantie is het de bedoeling dat je deze zorg zoveel mogelijk via je persoonlijk netwerk en vóór je opname organiseert. Dit noemen we 'gebruikelijke zorg'.

Mocht het binnen je eigen netwerk niet lukken om bijvoorbeeld huishoudelijke hulp te regelen, dan kun je vóór opname bij de gemeente, loket Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning), informeren of je hiervoor in aanmerking komt.

Als tijdens de opname blijkt dat professionele zorg nodig is op het gebied van verzorging en verpleging en je komt hier volgens de dan geldende criteria voor in aanmerking, dan kan deze zorg geregeld worden tijdens je ziekenhuisopname.

We raden je dan aan dit in een zo vroeg mogelijk stadium van je ziekenhuisopname bij de afdelingsverpleegkundige aan te geven. Ben je zelf niet in staat om je nazorg te organiseren, dan kun je een familielid/mantelzorger vragen dit voor jou te doen.

Checklist en folder 'Met ontslag'

Om je zo goed mogelijk voor te bereiden op de periode thuis na je opname staat achterin deze folder een checklist met relevante zaken om vooraf en/of tijdens je ziekenhuisopname te regelen. Ook vindt een afrondend gesprek plaats met jouw arts of verpleegkundige, voordat je ontslagen wordt. Tijdens dit gesprek wordt de folder 'Met ontslag' met jou doorgenomen. Hierin staan o.a. adviezen en informatie over eventuele vervolgspraken.

Wat kun je thuis zelf regelen

Gebruikelijke zorg

Als één van de gezinsleden uitvalt, is het de bedoeling dat andere gezinsleden taken overnemen. Dit wordt 'gebruikelijke zorg' genoemd.

Er wordt vanuit gegaan dat je nazorg zoveel mogelijk zelf regelt en uitvoert binnen jouw gezin/huishouden en familie- of kennissenkring.

Hierbij kan het bijvoorbeeld gaan om iemand die je tijdelijk ondersteunt in het huishouden, die je helpt met aankleden of je ogen druppelt na een oogoperatie. Maak deze afspraken zoveel mogelijk vóór je ziekenhuisopname.

Ook zijn er binnen de gemeente steeds meer mogelijkheden om vrijwilligers te vragen je te helpen. Voor meer informatie kun je terecht bij jouw gemeente, loket Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning) of loket zorg.

In de volgende situaties kom je bijvoorbeeld niet in aanmerking voor thuiszorg en ben je dus afhankelijk van 'gebruikelijke zorg':

- Kortdurende (korter dan drie maanden) zorgtaken zoals lichaamsverzorging, hulp bij toiletbezoek, terwijl je een gezonde, vitale partner hebt. Van je partner of huisgenoot wordt verwacht dat hij/zij deze taken op zich neemt, tenzij je partner zelf een handicap of beperking heeft.

- Huishoudelijke hulp terwijl je een gezonde, vitale partner of andere volwassen huisgenoten hebt. Ook van thuiswonende kinderen wordt verwacht dat zij, afhankelijk van hun leeftijd, huishoudelijke taken uitvoeren. Een drukke baan/studie of niet gewend zijn om huishoudelijke taken te verrichten, zijn geen redenen om huishoudelijke hulp te krijgen.
- Opvang voor kinderen omdat één van beide ouders is uitgevallen. Als de andere ouder geen gezondheidsproblemen heeft, wordt verwacht dat hij of zij de opvang regelt. Zorgverlofregelingen, crèches of buitenschoolse opvang bieden daar mogelijkheden voor. Wanneer deze mogelijkheden maximaal zijn benut maar niet afdoende zijn, is kortdurende inzet van thuiszorg in uitzonderlijke situaties mogelijk.

Als na onderzoek blijkt dat gebruikelijke zorg niet mogelijk is, dan kun je een aanvraag doen voor thuiszorg of huishoudelijke hulp.

Naast bovenstaande punten wordt altijd gekeken naar overige voorzieningen waar je gebruik van kunt maken en die je zelf kunt regelen.

Overige voorzieningen thuis die je zelf kunt regelen

Hulpmiddelen

Het is mogelijk dat je na ontslag uit het ziekenhuis hulpmiddelen nodig hebt, zoals een looprek, een urinaal, een po-stoel of een rolstoel. Veel hulpmiddelen kun je bij de thuiszorgwinkel lenen, huren of kopen. Leenartikelen (m.u.v. een bed) kun je met een geldig legitimatiebewijs afhalen bij de thuiszorgwinkel of tegen een vergoeding thuis laten bezorgen. De maximale uitleentermijn is zes maanden.

Als je tijdelijk een ander bed nodig hebt, moet je zelf een bed kopen of huren. Alleen als verzorging, verpleging of behandeling op bed nodig is, kom je in aanmerking voor een 'ziekenhuisbed' vanuit de thuiszorgwinkel.

Voor meer informatie, openingstijden en locaties kun je bellen naar de thuiszorgwinkel van:

- **Zorgboog (regio Helmond e.o.): 0900 - 8998636**
- **Medicura: 088 - 0071100**
- **Vegro: 0900 - 2887766**

Maaltijdvoorziening

Mocht je na het verblijf in het ziekenhuis (tijdelijk) niet in staat zijn te koken dan kun je gebruik maken van kant-en-klaarmaaltijden uit de winkel of (tegen betaling) van een maaltijdvoorziening. De aanvraag voor maaltijdvoorziening is in iedere gemeente anders geregeld. Voor informatie hierover kun je contact opnemen met jouw gemeente, een thuiszorgorganisatie of de ouderenorganisatie in jouw buurt.

Personenalarmering

Personenalarmering ofwel sociale alarmering bestaat uit een drukknop aan een koord die je om je hals of pols kunt dragen. In geval van nood kun je iemand oproepen door middel van een druk op de knop. Je hebt drie contactpersonen nodig die achtereenvolgend gebeld worden als je op de alarmknop hebt gedrukt. Dit kunnen familieleden, burens, vrienden of kennissen zijn. Belangrijk is wel dat ze in jouw naaste omgeving wonen.

In sommige gemeenten kan ook een thuiszorgorganisatie of een nabij gelegen verzorgings- of verpleeghuis ingeschakeld worden bij alarmering. Je geeft je sleutel aan een contactpersoon, zodat deze bij jou binnen kan om je te helpen. Als de thuiszorg of een nabijgelegen verzorgings- of verpleeghuis jouw contactpersoon voor de alarmering is, dienen zij bij jou binnen te kunnen. Je sleutel hangt dan in een sleutelkastje bij de deur. In geval van nood kan de Zorgorganisatie met een code jouw sleutelkastje openen en met de sleutel je woning betreden. Deze sleutelkastjes zijn o.a. te koop bij de thuiszorgwinkel in jouw regio. De aanvraag voor personenalarmering is in iedere gemeente anders geregeld. Voor meer informatie kun je telefonisch contact opnemen met de gemeente waarin je woont, een thuiszorgorganisatie of de ouderenorganisatie in jouw buurt.

Thuiszorg of huishoudelijke hulp

Wanneer is thuiszorg of huishoudelijk hulp mogelijk

- Als je niemand in je omgeving hebt die je kan helpen bij verzorging, verpleging of huishoudelijke taken.
- Als dagelijks, langdurige en/of intensieve zorg nodig is.
- Als de partner/huisgenoot(en) zelf beperkingen heeft of overbelast is als gevolg van de ziekte of handicap van een gezinslid.
- Voor het aanleren van bepaalde taken is (kortdurend) thuiszorg mogelijk.

In bovenstaande situaties kan een aanvraag worden gedaan bij een thuiszorgorganisatie als het gaat om hulp bij verpleging en verzorging. Dit kan pas na je operatie of behandeling en als het ontslag in zicht is, omdat dan pas duidelijk wordt welke hulp je precies nodig hebt. De afdelingsverpleegkundige of jijzelf kunnen bij de thuiszorgorganisatie van jouw keuze een aanvraag doen. De wijkverpleegkundige gaat met jou in gesprek om te onderzoeken of en voor welke hulp je in aanmerking komt. Als je in aanmerking komt voor thuiszorg door wijkverpleging wordt dit vanuit de zorgverzekering vergoed.

Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

Als je hulp nodig hebt voor het huishouden, dien je dit zelf aan te vragen bij de Wmo (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) bij de gemeente waarin je woont. De Wmo gaat in eerste instantie uit van jouw eigen mogelijkheden en van je omgeving om zoveel mogelijk zelf het huishouden te kunnen voeren en in veel gemeenten wordt ook gekeken of je zelf financieel vermogen bezit om zelf huishoudelijke hulp in te kopen. Het is verstandig om de aanvraag voor huishoudelijke hulp (indien mogelijk) al voor je ziekenhuis opname te regelen. Ook voor een aantal andere voorzieningen zoals specifieke woningaanpassingen en vervoer kun je bij de gemeente een aanvraag doen. Een medewerker van de gemeente gaat vervolgens met jou in gesprek en doet onderzoek naar jouw situatie en geeft aan of en waarvoor je in aanmerking komt.

Eigen bijdrage

Huishoudelijke hulp wordt in sommige situaties voor een deel vergoed door de overheid. Daarnaast betaal je een eigen bijdrage als je zorg, ondersteuning of begeleiding bij het huishouden ontvangt of als je een voorziening of hulpmiddel hebt zoals een traplift of scootmobiel.

De hoogte van de eigen bijdrage is afhankelijk van je inkomen en vermogen, je leeftijd, de samenstelling van je huishouden, en de gemeente waar je woont. De afdelingsverpleegkundige of zorgconsulent kan je hiervoor de folder "Eigen bijdrage zorg thuis" verstrekken of deze op internet opzoeken. Ook kun je via www.hetcak.nl je eigen bijdrage berekenen.

De zorgconsulent

Mocht blijken dat naar huis gaan met thuiszorg en huishoudelijke hulp absoluut niet mogelijk is of als je zorgsituatie erg complex is, dan schakelt de afdelingsverpleegkundige de zorgconsulent in. De zorgconsulent heeft specifieke kennis en deskundigheid op het gebied van het regelen van nazorg. De zorgconsulent zal vervolgens inventariseren en adviseren welke nazorg mogelijk is volgens de huidige wet- en regelgeving. Bijvoorbeeld een tijdelijke logeeropname in een verzorgingshuis of revalidatie in een verpleeghuis. Voor meer informatie over de zorgconsulent verwijzen wij je naar onze folder 'Transmuraal team, zorgconsulenten'.

Zorghotel

Mocht je volgens de huidige wet- en regelgeving niet in aanmerking komen voor een (tijdelijke) opname in een verzorgingshuis of verpleeghuis en je wilt of kunt niet naar huis, dan is mogelijk een verblijf in een zorghotel een optie voor jou. Afhankelijk van je zorgverzekering kun je mogelijk een vergoeding hiervoor krijgen, maar vaak zijn de kosten voor eigen rekening. Wil je van een zorghotel gebruik maken, dan is het wenselijk dit zelf voor opname regelen.

Vervoer naar huis, verzorgingshuis, verpleeghuis of zorghotel

Vaak mag je bij ontslag niet meteen zelf deelnemen aan het verkeer. Regel daarom vooraf dat iemand je ophaalt met de auto. Heb je een (rolstoel)taxi nodig, dan dien je deze ook zelf te regelen.

Dit geldt zowel voor de taxi als voor de rolstoel. Of je in aanmerking komt voor enige vergoeding hangt af van je zorgverzekering.

Heb je nog vragen?

Deze folder is niet bedoeld ter vervanging van mondelinge informatie, maar als aanvulling hierop. Hierdoor is het mogelijk alles nog eens rustig na te lezen. Heb je nog vragen over het regelen van je nazorg, dan kun je deze in eerste instantie stellen aan de afdelingsverpleegkundige bij opname.

Bij eventuele vragen vooraf kun je telefonisch contact opnemen met een zorgconsulent van het Anna Ziekenhuis. Hij of zij kan je adviseren met betrekking tot het regelen van je nazorg.

Telefoonnummer 040 - 286 4818. Het team is telefonisch bereikbaar tussen 8.30 en 12.30 uur en tussen 13.00 en 16.30 uur.

Checklist voor jou en jouw naasten

Gevolgen voor je dagelijks leven

- Weet je wat de gevolgen van de ziekte en de opname kunnen zijn?
- Is het voor jou en jouw naasten duidelijk welke ongemakken je kunt tegenkomen in je dagelijks leven?
- Is het voor jou duidelijk wat je zelf kunt doen om je klachten te verminderen en herstel te bevorderen?
- Weet je wat je thuis al wel zelf kunt doen en wat jou (voorlopig) wordt afgeraden om te doen? Je kunt hierbij denken aan baden of douchen, huishoudelijke activiteiten, autorijden en dergelijke.

Nazorg

- Is het voor jou duidelijk of je nog extra zorg en hulp nodig hebt als je weer thuis bent?
- Zo ja, is het duidelijk waar je (tijdelijk) zorg en hulp bij nodig zult hebben?
- Welke zorg en hulp kunnen jouw naasten je thuis geven?
- Wie zou je ook nog kunnen inschakelen? Bijvoorbeeld burens, thuiszorg, vrijwilligers
- Weet je waar je terecht kunt voor hulp en informatie?

Hulpmiddelen

- Heb je informatie gekregen over hulpmiddelen die je thuis nodig hebt?
- Heb je duidelijke instructies gekregen over het gebruik van deze hulpmiddelen?
- Zijn hulpmiddelen en/of aanpassingen die je na je ontslag direct nodig hebt geregeld?
- Weet je welk wondmateriaal je thuis nodig hebt en heb je hier een recept voor gekregen of weet je waar je dit kunt kopen?

Complicaties en medische vragen

- Weet je in welke situaties het raadzaam is om (snel) contact op te nemen met het ziekenhuis? Bij twijfel kun je overigens altijd contact opnemen met het ziekenhuis.
- Wie kun je hiervoor bereiken, tijdens kantooruren en daarbuiten?
- Is het duidelijk met welke vragen je terecht kunt bij het ziekenhuis (de afdeling, jouw behandelend specialist of de Spoedeisende Hulp) en voor welke vragen bij de huisarts?

Medicatie

- Heb je door de specialist of verpleegkundige voldoende uitleg gekregen over het gebruik van jouw medicijnen?
- Indien je meerdere medicijnen moet gebruiken, heb je dan voldoende informatie gekregen over het combineren van deze medicijnen?
- Weet je welke bijwerkingen kunnen optreden?

- Heb je recepten nodig voor je thuissituatie?
- Heb je medicijnen nodig voor je eerste dag thuis? De AnnaApotheek in de centrale hal kan je hierbij helpen

Vervolgafspraken

- Zijn er vervolgafspraken met de specialist gemaakt?
- Heb je informatie over de bereikbaarheid van de afdeling, telefonisch of per e-mail?
- Zijn er vervolgafspraken met andere zorgverleners in het ziekenhuis?
- Zijn deze telefonisch of per e-mail bereikbaar?

Steun

- Heb jij of hebben jouw naasten behoefte aan steun van anderen na jouw ontslag?
- Weet je waar je die steun kunt zoeken?
- Heb je informatie gekregen over patiëntenverenigingen? Je kunt deze informatie krijgen bij de patiëntenvoorlichting.

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar
www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/alg047-weer-thuis-na-opname-in-het-ziekenhuis/
Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



ALG047
04-01-2022