

An illustration of a red boat with a white interior and three red seats, floating on a teal sea. Two people, a man with white hair in a red jacket pointing forward and a woman with orange hair in a brown jacket holding a white document, are inside the boat. A large, white, speech-bubble-like shape is positioned above the boat, containing the text. The background is a solid teal color with several small, striped buoys scattered around. The overall style is clean and modern.

Praten over  
uw toekomst,  
doen we dat  
samen?

Met uw zorgverlener in gesprek over uw wensen voor de laatste levensfase? In deze brochure leest u waarom dat belangrijk is en hoe u zich daarop voor kunt bereiden.

## Wat is vroegtijdige zorgplanning?

Vroegtijdige zorgplanning is een belangrijk proces waarin u over wensen, doelen en voorkeuren voor (toekomstige) zorg en behandelingen nadenkt. Ook belangrijk is dit te bespreken met uw arts of andere mensen die in de zorg werken. Samen brengen we uw wensen goed onder woorden. Uw voorkeuren leggen we vast. Deze kunnen we, als u dat wilt, altijd veranderen.

U kunt in een situatie terecht komen waarin u zelf niet meer kunt beslissen over zorg en behandeling. Dan helpt het als naasten die namens u mogen praten, artsen en andere mensen die in de zorg werken besluiten kunnen nemen die zoveel mogelijk hetzelfde zijn als uw vastgelegde wensen.

Artsen en andere mensen die in de zorg werken noemen vroegtijdige zorgplanning ook wel ACP. Dit is een Engelse afkorting die staat voor Advance Care Planning.



### Waarom is vroegtijdige zorgplanning belangrijk?

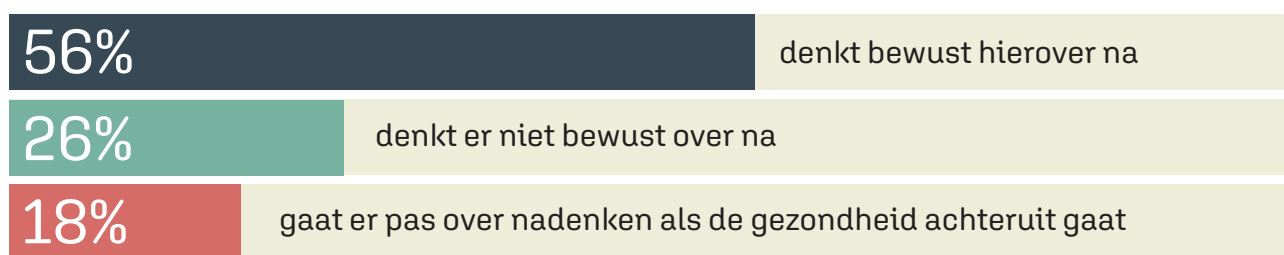
- U maakt een plan voor uw toekomstige zorg en behandeling.
- Het geeft rust als u weet dat uw arts(en) en de mensen die voor u zorgen weten hoe u over dingen denkt, wat u belangrijk vindt en wat u wilt.
- Vroegtijdige zorgplanning zorgt ervoor dat uw naasten minder schuldgevoel en stress ervaren als ze besluiten moeten nemen over uw zorg en behandeling wanneer u dat zelf niet meer kunt.
- Vroegtijdige zorgplanning zorgt ervoor dat er geen conflicten ontstaan tussen uw naasten over uw zorg en behandeling. De vastgelegde wensen helpen hen bij het maken van belangrijke zorgbesluiten over u.
- Uw wensen wat betreft zorg en behandeling worden zoveel als mogelijk uitgevoerd.



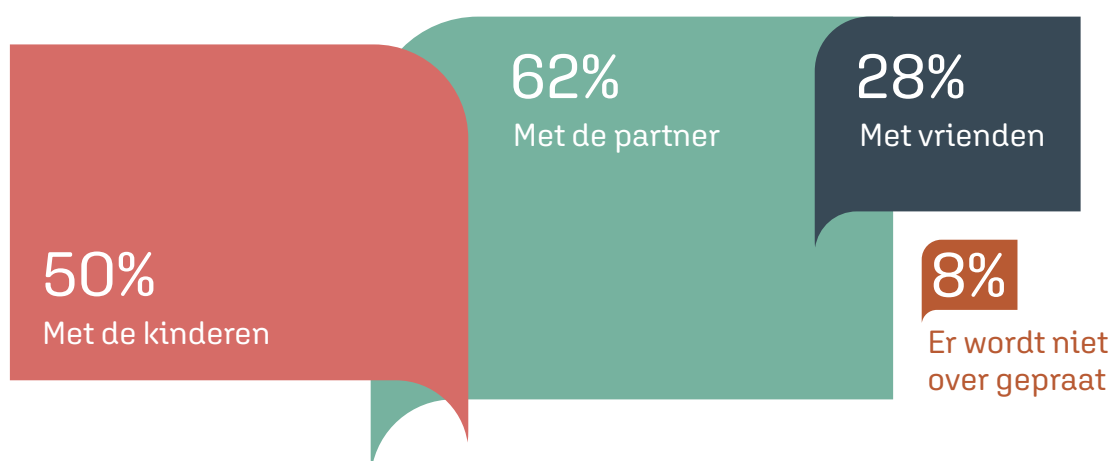
Ik wil tot het laatst de controle houden. Omdat belangrijke zaken vastliggen heb ik er vertrouwen in dat dat goed komt.

*Hilde Vermaat - Hennekam*

### Hoeveel mensen\* denken na over behandelwensen en behandelgrenzen?



### Met wie wordt gesproken?



Het lukt mij enorm op dat ik alles besproken heb en dat mijn wensen zijn vastgelegd.

*Selim Yilmaz*

### Praten met professionals

55% praat (nog) niet met artsen en andere mensen die in de zorg werken over hun wensen en grenzen. Redenen daarvoor zijn:

- (Nog) geen aanleiding voor
- Moeilijk om zo'n gesprek aan te gaan
- Verwachting dat artsen en andere mensen die in de zorg werken daar geen tijd voor hebben
- Komen niet in aanraking met artsen en andere mensen die in de zorg werken

### Wat is er al geregeld?



# Waar gaat vroegtijdige zorgplanning over?

## Levenswensen

Door bekend te maken wat betekenisvol is in uw leven, begrijpen uw naasten, artsen en andere mensen die voor u zorgen beter wat kwaliteit van leven voor u betekent. Dit kan gaan over levenswaarden, relaties, activiteiten en hobby's. In de zorg die u nodig heeft kan daar zoveel mogelijk rekening mee gehouden worden.

## Behandelwensen en behandelgrenzen

Welke behandelingen wenst u nog te ondergaan? Of welke liever niet meer? Denk bijvoorbeeld aan:

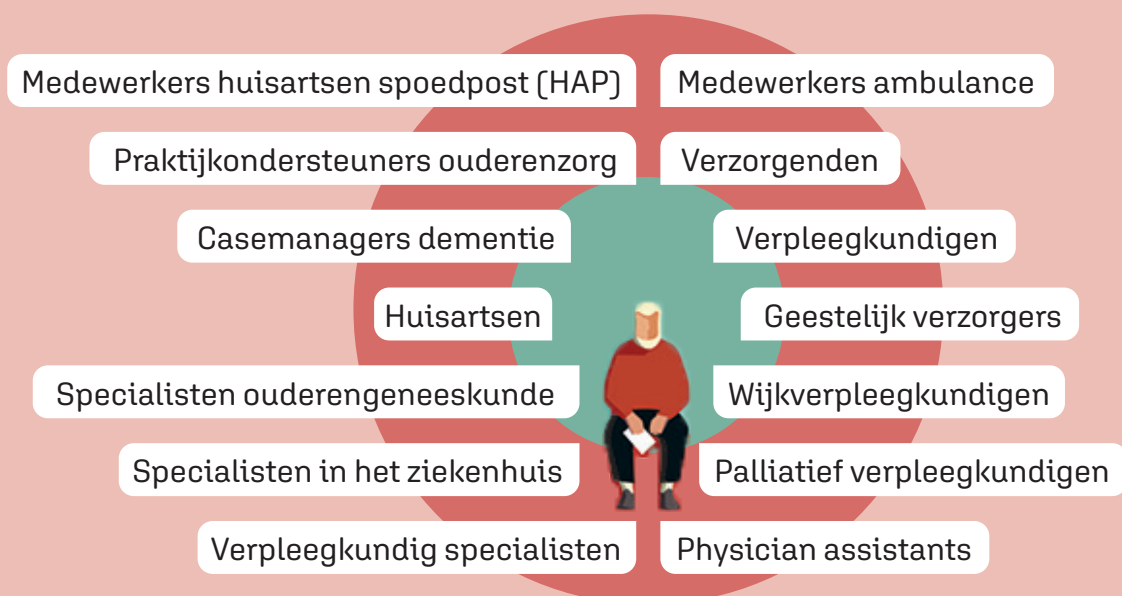
- Behandelingen voor pijnbeheersing
- Wat te doen als je hart plotseling stopt met kloppen
- Behandelingen in het ziekenhuis

## Vertegenwoordiger

U kunt iemand benoemen als uw vertegenwoordiger. Deze persoon kan dan namens u spreken als u dat zelf niet meer kunt.

## Netwerk van zorgverleners

Veel ouderen hebben geen idee wie allemaal betrokken kunnen raken bij de zorg voor hen. Dat kunnen veel verschillende zorgverleners zijn en allemaal willen ze graag goed geïnformeerd zijn over uw wensen en voorkeuren.



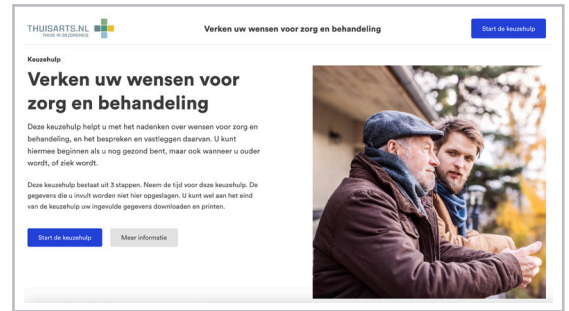
# Samen vroegtijdig uw zorgplanning starten

## Stap 1: Nadenken en voorbereiden

Hoe kijkt u naar uw leven, wat is de kwaliteit ervan. Hoe gaat het met u en heeft u helder wat uw zorgbehoefte is of kan worden. Heeft u al wel eens nagedacht over medisch handelen in de toekomst, wat vindt u wel en wat niet gewenst? Daar goed over nadenken is belangrijk. U kunt er ook een en ander over lezen, bijvoorbeeld:

### Wensenboekje van Genero

U kunt zich goed voorbereiden door dit wensenboekje in te vullen. Download het boekje op: [www.gene-ro.com/acp](http://www.gene-ro.com/acp)



### Keuzehulp Thuisarts.nl

Helpt u met het nadenken over wensen voor zorg en behandeling, en het bespreken en vastleggen daarvan.

[www.thuisarts.nl/keuzehulp/verken-uw-wensen-voor-zorg-en-behandeling](http://www.thuisarts.nl/keuzehulp/verken-uw-wensen-voor-zorg-en-behandeling)

## Stap 2: Vertegenwoordigen

Wie wijst u als vertegenwoordiger aan om namens u te spreken over zorg en behandeling als u dat zelf niet meer kunt. Praat hier ook met deze persoon over.

## Stap 3: Bespreken

Bespreek alles met een arts of iemand anders die in de zorg werkt. Grenzen die u stelt aan uw behandeling moet u altijd (ook) bespreken met een arts.

## Stap 4: Vastleggen

Deze persoon zal na het gesprek uw wensen en voorkeuren digitaal vastleggen en delen met andere medewerkers die voor u zorgen. Zo zijn alle betrokkenen altijd op de hoogte. U krijgt zelf een print van de vastgelegde wensen en grenzen.

## Stap 5: Aanpassen

U kunt altijd op uw wensen en grenzen terugkomen. Zorg ervoor dat u dit bespreekt met een arts of iemand anders die in de zorg werkt, zodat het ook aangepast kan worden in het systeem.

**Belangrijk om te weten:** het vastleggen van uw wensen en voorkeuren geeft geen garantie. Als u zelf het vermogen verliest om medische besluiten te nemen zullen uw artsen en verzorgers uw wensen meenemen bij te nemen besluiten. Ook zullen zij uw vertegenwoordiger benaderen om samen de beste besluiten te nemen.

In vijf stappen uw levenswensen, behandelwensen en behandelgrenzen besproken, opgeschreven en gedeeld met artsen en andere mensen die in de zorg werken.





We gingen het onderwerp de hele tijd uit de weg, want het was veel te ingewikkeld en gevoelig. Het was dan ook heel fijn dat de huisarts het aankaartte en we vrij snel in gesprek zijn gegaan. Nu staan al haar wensen en grenzen op papier en weet ik hoe ik tegen die tijd moet handelen.

*Barbara Weghorst  
[dochter van Tineke Weghorst - van Voorst]*

