

ETEN EN DRINKEN

Het is normaal dat mensen in de laatste weken van hun leven minder eten. De organen werken dan niet meer goed en het lichaam heeft geen voeding meer nodig. Je voelt vaak ook geen honger meer. Dit hoort bij het stervensproces. Voor naasten kan dit moeilijk zijn om te zien.



Zorg in de palliatieve fase

Omdat de organen voedsel minder goed kunnen verwerken, heeft het geen zin om meer te eten of speciale voeding (zoals sondevoeding) te geven. Het geven van voeding kan juist klachten geven. Sondevoeding wordt daarom vaak gestopt.

Waarom ga je minder eten?

In de laatste weken van het leven (de stervensfase) werken de organen steeds minder goed. Ze stoppen langzaam met hun werk. Ook de maag en darmen werken minder goed, waardoor eten niet goed wordt verteerd. Het lichaam laat zo merken dat het eten niet meer nodig is en het hongergevoel gaat weg. Dit hoort bij het stervensproces. Minder eten en drinken is dan een natuurlijke manier om rustig te overlijden.

Droge mond

Door minder eten en drinken en meer ademen door de mond, kan de mond droog aanvoelen of kun je dorst hebben. Het is belangrijk om de mond en lippen vochtig te houden. Smeer de lippen in met vaseline en gebruik drinken, suikervrije snoepjes, (water)ijsjes of bevochtigde stokjes om de mond vochtig te maken.

In de stervensfase maakt het lichaam stoffen aan die je wat suf maken, maar die zorgen ook voor een lichter en prettiger gevoel.

Tips voor naasten:

- De trek kan per moment verschillen; jouw dierbare kan iets lekker vinden en het daarna niet meer willen. Eén hapje van iets kan genoeg zijn.
- Ga geen discussie aan, en steun elkaar zoveel mogelijk.
- Soms is het een opluchting om niet meer over eten te praten of vragen te stellen.
- Zorg voor ontspanning voor jullie samen maar ook voor jezelf.