

Het WC-complex in verpleeghuizen

Sinds jaar en dag heeft de zorg het moeilijk met de toiletgang van hulpbehoevende cliënten. Dit type zorg is onvoorspelbaar en dus moeilijk in te passen in de zorg-prijs. De pogingen om op deze toilet-zorg grip te krijgen leidt vaak tot het bepalen van vaste toilet-tijden. Sinds de verpleeghuis-zorg officieel bestaat is men bezig deze toilet-momenten te reguleren. De redenen laten zich raden: bezuinigen op het aantal verzorgenden en het makkelijker maken van hun taak.



Echter, vaste toilet-tijden leiden bij 20 procent van verpleeghuisbewoners tot het excretie-syndroom en zijn inhumaan. Volgens mij kan iedereen zich voorstellen wat er met je gebeurt als je (nodig) naar het toilet moet. De drang neemt toe en er is angst in je broek te plassen of poepen. Een verpleeghuisbewoner gaat allerlei oplossingen zoeken om wel te kunnen gaan. Waarom? Hij of zij strijdt om continent te kunnen blijven. En die strijd kan zelfs zijn eigen identiteit kosten!

Men gaat naar het verpleeghuis omdat men dusdanig hulpbehoevend is dat het huidige verblijf niet meer kan voldoen aan de normale eisen van het leven. De meest ingewikkelde en

onvoorspelbare -en daarom ook de duurste- hulpin het verpleeghuis is de toiletgang. Echter, het aller-ergste is niet geholpen worden wanneer je nodig naar toilet moet. Dit hoeft een mens maar één keer te overkomen en hij gaat vervolgens allerlei manieren proberen te vinden om tijdig de toilet te kunnen gebruiken. Het excretie-syndroom ontstaat. (excretie = uitscheiding).

In 1963 is er een grondig onderzoek gedaan naar de haalbaarheid van vaste toilet-tijden. Joshi Kochen beschrijft de uitkomsten in *Het Excretie-Syndroom*. Dit boek is nog volkomen up to date omdat er nog steeds geprobeerd wordt alle patiënten op bepaalde tijden naar de toilet te laten gaan. Het syndroom houdt een aantal gedachten, gevoelens en gedragingen in rond het tijdig het toilet kunnen bereiken. Het niet naar toilet kunnen wanneer men moet is één van de meest frustrerende gebeurtenissen in het leven. De toiletgang is de meest vitale behoefte en er is geen ontkomen aan. Uit het onderzoek blijkt dat deze onwaardigheid het hele leven gaat beheersen. Van “waardigheid en trots” is geen sprake meer. Er komen een hele reeks gedragingen uit het onderzoek naar voren:

- **Extra vraag om naar het toilet te mogen gaan, uit “voorzorg”**
- **Voortdurende angst om “het in de broek” te doen, een vernedering**
- **Het niet kunnen slapen uit angst incontinent te zijn**
- **Uit voorzorg zo dicht mogelijk bij de toilet gaan zitten**
- **Geen vreugde meer kunnen beleven**
- **Niet meedoen aan een activiteit uit angst een toilet-ronde te missen**
- **Iedere gelegenheid te baat nemen om naar toilet te gaan, ook al hoeft men niet**
- **Op de vastgestelde tijd niet kunnen plassen of ontlasten, “op commando”**
- **De toiletgang wordt een obsessie waar men dag en nacht mee bezig is.**
- **Alsmar vragen om naar de toilet te mogen en hierdoor ruzie met medebewoners**

Dit maakt duidelijk welke schade de vaste toilet-tijden kunnen aanrichten. Bovendien creëren de bovengenoemde gedachten en gedragingen méér werk voor de verzorgenden. Toch zie ik regelmatig

dat bewoners om de toilet vragen en dat deze wens niet wordt ingewilligd. Soms is het antwoord: u bent net geweest. Bij mensen met dementie heeft dit maar een kort effect.

Als één van de meest basale menselijke behoeftes onvoldoende wordt ingevuld in een verpleeghuis, vraag je je af hoe het met de rest zit. Niet alleen gebrek aan geld speelt een rol. Gebrek aan kennis op dit vlak en de wil hier aandacht aan te besteden, kan in ieder verpleeghuis in korte tijd opgelost worden. Gelukkig zijn er veel verpleegtehuizen die dat dagelijks bewijzen.

Dr. Anneke van der Plaats

Sociaal geriater, oud verpleeghuisarts en -directeur, auteur van o.a. [*De dag door met dementie*](#)