NORTHERN FREE STATE CAREGIVERS

We Care • Ons Gee Om

NPO No: 056-352
A Registered ARTICLE 18A Organisation
PBO No: 930032175

Home Based Care	Caregivers Empowerment
Berading	Sterwensbegeleiding
Emotional Support	Ondersteunings Groepe

Sarel Cilliersstraat 13B
13B Sarel Cilliers Street
KROONSTAD
9499
☎ 056 212 3415
084 206 8912

Website:
www: nfscaregivers.co.za

e-mail:
nfscaregivers@telkomsa.net

facebook:
facebook.com/pages/NFS-Caregivers-Kroonstad/426533817415878?fref=nf

MAART & APRIL 2023 UITGAWE

- **Hoopgee Mens**
- **Nuwe Verwysings**
- **Versorging: Algemeen**
- **Palliatiewe Versorging**
- **Rouproses**
- **Hoor die hartklop! – Raak betrokke**
- **Pancreatic Cancer**
- **Nuusbrokkies**

NUWE KANKERPASIËNTE
Verwysings

GEDURENDE MAART 2023 HET ONS VIER NUWE VERWYSINGS ONTVANG
ONS HET SLEGS EEN NUWE VERWYSING ONTVANG IN APRIL - PASIëNT HET KORT DAARNA GESTERF

Bejaarde Borskanker pasiënt se eggenoot ('n pastoor) skakel vir raad. Hulle wil weet of die organisasie prosteses het. 'n Afspraak is gemaak vir 01 Maart 2023. Die pasiënt vertel dat sy haarself verwaarloos het. Haar eggenoot het die knop ontdek, 'n afspraak met die chirurg gemaak en 'n week later was sy ge-opereer. Tans oorweeg sy nie enige chemo behandeling nie. Gelukkig kon Felicity 'n prostese vind wat vir haar pas. Felicity sê sy het lanklaas soveel vreugde en dankbaarheid beleef! Die pastoor het vir die organisasie 'n sielvolle gebed gedoen.

Nuut gediagnoseerde kankerpasiënt: Felicity ontvang 'n selfoon boodskap van 'n onbekende nommer waarop sy die nommer toe skakel en die pasiënt self geantwoord het. Volgens die pasiënt is sy met verskillende kankers gediagnoseer. Dit gaan nie goed nie, maar sy het nie hulp nodig nie. Felicity gee haar die versekering om enige tyd te skakel vir hulp indien nodig. Pasiënt verduidelik dat hulle woonagtig is op die pad na Serfonteindam omtrent vyf kilometer uit die dorp.

Longkanker pasiënt met metastase na die brein: Pasiënt se eggenoot het Felicity gekontak omdat sy vrou steeds gehospitaliseer is en hy wil betyds planne maak vir haar versorging. Hy vertel dat sy baie siek is en by die dood omgedraai het. Sy is baie swak en is bedlêend. Sy is ontslaan op 25 Maart 2023. Hulle mediese fonds het suurstof vir haar goedgekeur maar sy sê die suurstof brand haar. Felicity voorsien 'n water bottteltjie en verduidelik aan die eggenoot hoe dit werk. NFSCG sal eersdaags begin met daaglikse tuisversorging. Haar eggenoot stuur vir Felicity 'n foto op 31 Maart 2023 waar sy vrou die inkopie waentjie stoot en inkopies doen. Felicity: "Dit is 'n absolute wonderwerk en ons prys die Heer dat Hy ons op so onverwagte wyse bederf met goeie nuus!"

Die dogter van 'n kankerpasiënt het Felicity gekontak op 13 Maart 2023 ivm haar **moeder se kanker diagnose** en dat sy **tans in Netcare in Bloemfontein gehospitaliseer** is. Die dogter doen navrae oor tuisversorging of by 'n plek van versorging. Beide haar ouers is pensioenarisse wat 'n staats pensioen ontvang en sy en haar man het glo bykans R100,000 spandeer aan hospitalisasie van haar moeder! Sy bring haar moeder terug Kroonstad toe op 15 Maart 2023. Felicity gaan stel haarself voor en verduidelik wat die organisasie doen. Die pasiënt is baie swak en reageer glad nie. Felicity besef dat sy inderhaas moet reël vir 'n Versorger en sy stel ook Suster Jorietha in kennis van die nuwe pasiënt. Sy slaap die meeste van die tyd en Felicity voorsien ook doeke.

Ons moedig die dogter aan om toe te sien dat haar moeder meer vog inneem en die Versorger sal ook probeer van haar kant af. Sy is stadig maar seker besig om haar kragte te herwin en dit gaan beter, soveel so dat sy bietjie regop kon sit in 'n rolstoel en kon kuier met 'n paar vriende op 21 Maart 2023 met haar verjaarsdag.

Die dogter oorweeg dit om haar ouers saam haar na Bloubergstrand te neem waar sy woonagtig is. Na 'n hewige uitval tussen die dogter en haar vader vertrek sy na Kaapstad om op 'n later stadium haar ouers te kom haal. Omdat ons op hierdie stadium nie 'n Versorger vir nagdiens het nie, het die dogter 'n Versorger van Suster Tillie se verpleegpraktyk gekry om nagdiens te doen. Tans gaan dit onder die omstandighede goed met die pasiënt.

KANKERPASIËNTE
Versorging

Breinkanker pasiënt is baie onvas op haar voete en van balans af. Een van ons vrywilligers, Wendy Laubscher, ken die pasiënt en hulle twee besluit dat sy bietjie by haar sal gaan kuier. Die pasiënt se eggenoot vra of Wendy die daaropvolgende Maandag sal kan kom kuier. Felicity kontak vir Wendy om dienooreenkomstig reëlings te tref vir die kuier. Felicity kontak weer vir Wendy die Dinsdag en verneem dat dit goed gegaan het en dat beide sy en die pasiënt die kuier geniet het. Op 19 Maart 2023 skakel die pasiënt se eggenoot Felicity om haar in te lig dat daar beter en slegter dae is! Sy is steeds van balans af en hy dink sy voel beter met die verminderde kortisoon.

Felicity noem aan hom dat die kortisoon die drukking op die brein verminder en dit is maar iets wat hy in gedagte moet hou. Verder eet sy steeds baie swak. Hulle neem maar eendag op 'n slag! Ons tref 'n reëling dat Wendy Maandae en Donderdae na die gesin sal gaan totdat ons toetree om die versorging te doen. Pasiënt se eggenoot stel Felicity in kennis dat sy vrou verswak en bykans glad nie alleen kan loop nie. Dit is volgens hom nie reg om "so te sit en kyk hoe iemand vir wie jy lief is, net agteruitgaan tot die dood intree nie". Felicity: "My hart pyn vir hom, want in sy woorde hoor ek die magteloosheid om niks te kan doen om die situasie te verander nie"!

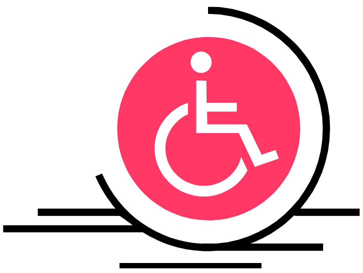
Felicity bring 'n tuisbesoek. Pasiënt se eggenoot vertel dat daar merkbaar 'n verbetering is met die gebruik van 'n nuwe kortisoon stroop. Felicity neem die volgende dag nog medikasie vir haar en beloof om die res vir Wendy te gee om vir hulle te neem.

NFSCG se Versorger deel haar bekommernis met Felicity dat die pasiënt nie wou opstaan nie en ook nie in die rolstoel wou sit nie. Sy kan nie eintlik meer loop nie en is baie deurmekaar. Sy spreek haar dankbaarheid uit dat Wendy na haar toe kom. Dit is duidelik dat sy verswak en haar algemene toestand is nie goed nie.

Ons geliefde **bejaarde pasiënt met die ge-amputeerde voet** beleef baie spanning wat deur haar seun veroorsaak word. Sy slaap ook nie goed nie. Daar is egter niks wat ons kan doen om die situasie te verander nie, want sodra Felicity 'n voorstel maak om 'n maatskaplike werker se hulp in te roep deel sy my mee dat dit steeds haar kind is, hy kan haar maar besteel, amok maak oor geld wat sy vir hom "skuld" en vloeke oor ons almal uitspreek!

Op 'n Saterdag gee hy weereens vir haar 'n lang lys pryse vir alles wat hy "aangekoop" het vir haar kamer vir herstelwerk. Felicity lig hom in dat Johan Naudé van Naudé Konstruksie ingestem het om sy ma se kamer en dak gratis vir haar reg te maak. Hy dreig dat hy hulle met fisiese geweld sal verwyder indien hulle in die erf kom. Hierna het hy sy siening verander en te kenne gegee dat hy dit vir haar sonder enige vergoeding sal regmaak!!!

Op 12 Maart 2023 tydens Felicity se besoek kon sy sien dat die bejaarde baie gespanne en hartseer lyk. Die volwasse seun het geen ontsag vir sy 90-jarige bedlêende moeder nie Hy eis toe weer R700 van haar vir sy motorfiets se battery! Dit gaan op die oomblik redelik rustig by die pasiënt. Sy en haar seun het steeds kort-kort menings verskille en dit gaan altyd óf oor sy drinkery óf oor geld.



Nierkanker pasiënt met metastase na skelet: Dit gaan tans, onder omstandighede goed met die pasiënt. Sy pyn is onder beheer met die gebruik van morfien. Die Versorgers van NFSCG rapporteer egter dat hy baie agteruit gaan. Hy het weer ongelukkig erge pyn en is baie moeg. Daar is nou tye wat hy glad nie opstaan nie.

Blaaskanker pasiënt: Die pasiënt se eggenoot het vir Felicity in kennis gestel dat sy urostomie sakkie lek. Hy ervaar verskeie komplikasies. Felicity bring ‘n tuisbesoek en merk dat die pasiënt nie goed lyk nie. Ons help hom met sy urostomie versorging en merk dat sy buik “opgeswel” is. Felicity beveel aan dat hy na sy dokter toe moet gaan wat hy ook toe gedoen het. Op 6 Maart 2023 het Felicity weer sy urostomie versorging gaan doen. Dit gaan darem bietjie beter met hom. Hulle ervaar egter dat die sakkie besig is om los te gaan omdat sy vel baie sensitief is en Felicity het inderdaad ‘n plan gemaak!

Longkanker pasiënt met veelvuldige metastase het chemo ontvang op 9 Maart 2023 en ervaar newe-effekte. Felicity gee raad en moedig hom aan om die pyn medikasie te drink wat die onkoloog voorgeskryf het. Die pasiënt se dogter kontak Felicity om hulp te vra omdat haar vader asem nood ervaar en baie pyn het. Felicity beveel aan dat die dogter eers sy huisdokter moet kontak om toestemming te verkry om ‘n suurstof apparaat te mag gebruik, maar sy kry nie antwoord nie. Felicity skakel die pasiënt se onkoloog wat aanbeveel dat hy eerder ongevalle toe moet gaan want daar kan dalk ‘n ander oorsaak wees vir die asem nood. By Netcare Kroon Hospitaal ontvang hy twee eenhede bloed en die gebruik van ‘n suurstof apparaat word goedgekeur NFSCG leen aan hom ‘n suurstof apparaat totdat hy syne ontvang. Hy word op 19 Maart 2023 ontslaan. Felicity skakel later om te verneem na die pasiënt se toestand. Sy dogter vertel dat haar vader besluit het om nie vir verdere chemo te gaan nie. Felicity stel voor dat hulle die besluit eers met sy onkoloog moet bespreek.

Komplikasies ontstaan by die bejaarde pasiënt wat met **‘n massiewe gewas op die brein en beroerte** gediagnoseer is. Sy huisdokter is gekontak waarop Suster Jorietha die pasiënt se kateter verwyder en hy op doeke geplaas gaan word. Pasiënt se huisdokter kontak Felicity om versoek dat sy moet reël dat bloedtoetse geneem moet word om die pasiënt se nierfunksie te toets omdat die pasiënt uitskeidings probleme ondervind. Allerlei planne is gemaak en uiteindelik het die blaas toe begin normaliseer. Op 11 Maart 2023 besluit die pasiënt hy gaan niks meer eet of drink nie! Die Versorger en bejaarde eggenote van die pasiënt was baie ontsteld! Felicity verduidelik aan hom wat die gevolge van dehidrasie is en dat hy vog móét inneem! Na ‘n lang gesprek stem hy in om die volgende dag te eet en drink maar nie dié spesifieke dag verder nie. Felicity stel ook Suster Jorietha in kennis van die nuwe probleem. Hy hou toe wel by sy belofte en eet en drink die volgende dag. Op 19 Maart 2023 reageer die pasiënt glad nie. Met Felicity se aankoms merk sy dadelik dat hy in ‘n koma is. Die pasiënt se eggenoot kry nie hulle huisdokter telefonies nie en Felicity skakel die vennoot van hulle huisdokter wat aanbeveel dat hulle hom met Netcare se ambulans na die ongevalle moet neem. Die eggenote en kinders het besluit hulle gaan hom nie weer laat hospitaliseer nie, hulle wil hom eerder by die huis hou. Suster Jorietha het ‘n drip gepasseer nadat Felicity al die nodige medikasies en hulpmiddels gaan haal het. Intussen word daar heeltyd telefonies met die pasiënt se dokter gekonsulteer. Suster Jorietha stel Felicity in kennis dat dit glad nie goed gaan met die pasiënt nie. Felicity help die Caregiver om die pasiënt soggens te was en skoon aan te trek omdat die Caregiver hom nie alleen kan hanteer nie. Hy reageer glad nie. Sy dokter het medikasie voorgestel wat moontlik met die irritasie in die brein kan help.

Prostaatkanker pasiënt se eggenote stel Felicity in kennis dat hy erge moegheid ervaar. Sy dokter het hom na ‘n kardioloog in Bloemfontein verwys omdat die vermoede bestaan dat sy hart ritme foutief is. Daar is egter vasgestel dat sy kanker gemetasteer het wat dan die oorsaak is vir die erge moegheid en dat hulle wag vir sy mediese fonds vir goedkeuring vir nuwe chemo aangesien sy gestel weerstand opgebou het teen die huidige chemo wat hy ontvang het. Felicity het ‘n tuisbesoek gebring by die egpaar. Die pasiënt se vrou versorg hom baie goed. Hy word gehospitaliseer op 22 Maart 2023 in ‘n hospitaal in Bloemfontein vir twee weke se bestraling. Sy kanker groei aggressief! Die hospitaal personeel kontak pasiënt se eggenote om te vra dat sy moet kom omdat dit nie goed gaan met hom nie. Vriende neem haar na Bloemfontein.

Pasiënt met **kanker in die skelet en metastase**: Sy eggenoot het Felicity geskakel om terugvoering te gee nadat hy chemo gehad het op 8 Maart 2023 in Welkom. Sy versorg tans haar eggenoot. Sy is baie rustig vandat die onkoloog met haar 'n eerlike en oop gesprek gehad het en sy weet nou hy is in fase 4 en dat die chemo hom nie gesond kan maak nie, maar dat dit vir hom nog bietjie lewenskwaliteit kan gee.

Longkanker pasiënt kontak Felicity om haar in te lig dat haar eggenoot se toestand baie verswak en dat hy nou ook op doeke is. Sy wil 'n badstoel leen by NFSCG. Hulle woon op 'n plaas buite Kroonstad en maak 'n afspraak om hulle tuis te besoek. Felicity en Jorietha het dadelik waargeneem dat die pasiënt baie gewig verloor het en volgens sy eggenote wil hy ook nie eet nie. Hy is baie deurmekaar. Hy kommunikeer nie werklik met ons nie. Sy eggenote versoek op 22 Maart 2023 of die organisasie vir hom 'n hospitaalbed kan leen. NFSCG kan nie 'n versorger by hom plaas nie omdat hulle buite Kroonstad op 'n plaas woon. Die pasiënt se dogter het soms daar gaan oorslaap om hulp te verleen en die eggenote het gereël dat sy vanaf die huis sal werk omdat hulle 'n besigheid het in Kroonstad. Ons voorsien ook doeke en linne beskermers aan die pasiënt om sy versorging te vergemaklik.

BORSKANKER PASIËNTE

Bejaarde borskanker pasiënt met metastase: Ons oortuig die pasiënt om weer haar onkoloog te besoek wie haar aanvanklik gediagnoseer het met borskanker. Sy stem in en ‘n afspraak word gemaak vir 4 April 2023. Die onkoloog vra ook bloedtoetse en X-strale van haar long en lewer. Felicity reël dat bloed by pasiënt se huis getrek word en neem sy die pasiënt ook dan na Netcare Kroon Hospitaal vir X-strale.

Na ‘n deeglike ondersoek verduidelik die onkoloog aan haar dat die “vergroeisels” oral op haar lyf baie moeilik geneesbaar is. Die pasiënt gee haar toestemming dat die organisasie op ‘n daaglikse basis haar kan help met haar versorging vanaf 17 April 2023.

Pasiënt stel Felicity in kennis op 21 April 2023 dat sy nie ‘n Versorger by haar wil hê op Saterdae en Sondae nie en haar wens word so gerespekteer. Ons kan net help indien die pasiënt gehelp wil word. Die Versorger kontak Felicity op 28 April 2023 omdat die pasiënt erge komplikasies ervaar. Felicity neem vir haar medikasie.

Borskanker pasiënt: Nadat die dreineringspype van die mastektomie verwyder is, het daar vog in die een bors versamel. Felicity het haar na X-strale by Netcare Kroon Hospitaal geneem waar daar ‘n sonar gedoen is. Die radiografis het aanbeveel het dat die vog gedreineer moet word aangesien dit ‘n bron van infeksie kan word.

Daar word egter besluit om eers met ultraklank en interferensie behandeling te poog om van die vog ontslae te raak, sonder enige sukses. Uiteindelik het ‘n ander dokter, met die goedkeuring van haar chirurg, van die vog gedreineer gekry. Sy lyk baie goed, is opgewonde oor die lewe en dankbaar dat die vog nog nie weer begin het om op te bou nie.

Borskanker pasiënt met metastase na die brein: Suster Jorietha en Felicity maak met hulle ‘n afspraak. Hulle neem vir haar ‘n geskenkie wat Elizma Klopper (ook ‘n kankerpasiënt) gemaak het. ‘n Bloes en mussie met kopband wat daarby pas. Sy lyk pragtig en is stewig om haar voete en loop gemaklik. Daar is ‘n merkbare verbetering by haar. Die newe effekte van die kortisoon is ook besig om te verminder. Sy is baie in haar noppies met die pragtige geskenk!

Ons innige meegevoel met die families met hulle groot verlies

Ons het GEEN sterfgevalle gehad in MAART 2023
Ons het SEWE sterfgevalle gehad in APRIL 2023

1. **Prostaatkanker pasiënt** se vrou het na haar eggenoot gegaan in Bloemfontein nadat die onkoloog haar gekontak het met die nuus dat die nie goed gaan met hom nie en dat die kanker aggrressief versprei het. Vriende het haar geneem na Bloemfontein. Sy het dieselfde aand om ongeveer 20h07 vir Felicity gekontak om haar in kennis te stel dat hy oorlede is en dat sy só dankbaar was om die laaste oomblikke by hom te kon wees. Sy diens was op 11 April 2023 vanuit die Evangelies Gereformeerde Kerk.

2. **Longkanker pasiënt** se eggenote kry werklik waar swaar met sy versorging. NFSCG voorsien ook ‘n suurstof apparaat en gee gereelde ondersteunings gesprekke en raad. Die pad is erg onrybaar na die plaas waar hulle woon. Hy het een Sondag vanaf die hospitaalbed geklim en geval en sy kon hom glad nie opgetel kry nie. Sy optrede word toegeskryf aan die moontlikheid van metastase na die brein (tree irrasioneel op) wat sy versorging baie bemoeilik. Na ‘n pleidooi van haar dogter, oorreed Felicity om een van NFSCG se Caregivers daar te gaan laat werk vir ongeveer tien dae en om daar aan’t huis te bly om dag en nag te help met die versorging van die pasiënt. Etes sal ook aan die versorger verskaf word. Omdat dit langnaweek is het ons besluit om met die versorging te begin vanaf 11 April 2023. Op 8 April 2023 skakel die eggenote vir Felicity vir raad omdat die pasiënt baie moeilik asemhaal. Felicity sou net na kerk soontoe gaan en ook die versorger saam neem. Hy sterf 10h10 die oggend. Felicity kontak hulle begrafnisdienste en stel hul huisdokter in kennis van sy heengaan. Die oorledene se diens het plaasgevind op 15 April 2023 by hulle plaas met net hulle naaste familie en vriende. Die eggenote noem aan Felicity dat sy baie tevrede is met die diens van Rudi Breedt van Siloam Begrafnisdienste in Kroonstad.

3. **Bejaarde pasiënt met ‘n massiewe brein gewas:** Vanaf 31 Maart 2023 verswak sy toestand bykans daagliks. Hy bly baie swak en kan nie sluk nie. Die pasiënt se huisdokter het op 08 April 2023 morfien voorgeskryf wat intraveneus toegedien moet word. Suster Jorietha was met vakansie en het Suster Miemie Claassens vir Felicity gehelp met die prosedure. Hy is rustig en kalm en dit wil voorkom asof hy geen pyn ervaar nie. NFSCG se Versorger skakel vir Felicity die aand 20h30 om te vra dat hulle dadelik na die pasiënt toe moet kom. Felicity vra die Versorger om die pasiënt se eggenote wakker te maak en sy skakel ook die seun van die pasiënt. Hy sterf ongeveer 20h50 waarop Felicity sy dokter in kennis stel asook AVBOB en hulle predikant wat die gesin dadelik besoek het toe hy die nuus ontvang het. Sy diens was vanuit Kroonheuwel Noord op 14 April 2023.

4. ‘n Vriendin van **borskanker pasiënt met metastase** het Felicity gekontak ivm die nuwe pasiënt. Felicity en suster Jorietha het haar in die hospitaal gaan besoek. Sy reageer glad nie. Na ‘n gesprek met die gesin is voorgestel dat NFSCG behulpsaam kan wees maar ons werk nie op plase of plotte nie maar die familie stel voor dat hulle daagliks die Versorger sal gaan haal en terugneem. Die voorstel dat ‘n Versorger eerder vir ‘n tydperk van 10 dae by hulle sal tuisgaan sodat daar dag en nag versorging beskikbaar is. Die pasiënt se eggenoot het haar gaan wys waar is die plaas en het hulle ook besluit waar die hospitaalbed moet staan. Die beplanning was dat die pasiënt die Woensdag ontslaan sal word en per ambulans huis toe geneem sal word. Felicity verneem egter met skok dat Impact Ambulansdienste hulle dienste opgeskort het in Kroonstad! Dit is ‘n geweldige verlies vir die dorp! Intussen het die pasiënt verswak en ervaar sy pyn. Gedurende die naweek van 14-15 April 2023 is ’n besluit geneem dat sy vir nog ‘n tydperk in die hospitaal moet bly want dit wil voorkom asof sy erge pyn ervaar alhoewel sy nie meer kommunikeer nie. Sy sterf egter op 17 April 2023.

5. Terwyl Felicity 'n kerkdiens bywoon, skakel die **borskanker pasiënt** se dogter met die nuus dat dit glad nie goed gaan met haar moeder nie. Felicity en Suster Jorietha sou na kerk na hulle toe gaan maar indien hulle baie bekommerd is moet hulle solank die ambulansdienste skakel sodat sy na die hospitaal geneem kan word. Met Felicity en suster Jorietha se besoek is hulle besig om 'n privaat ambulans te reël om die pasiënt na Nasionale Hospitaal in Bloemfontein te neem. Ons verduidelik aan die kinders en ander familie teenwoordig dat dit nie sal help nie. Hulle sal daar arriveer net om teruggestuur te word vir haar afspraak die eerskomende Dinsdag. In die staat is daar net een pad om te volg en dit is om deur Boitumelo Hospitaal verwys te word na Nasionale Hospitaal. Hulle ontvang die kwotasie van die privaat ambulans wat R18,000 uitwerk en almal besluit saam dat hulle haar per motor na Boitumelo Hospitaal gaan vervoer. Suster Jorietha en Felicity verduidelik aan die pasiënt hoe die pad vorentoe gaan verloop en sy stem saam. Felicity skakel later en die dogter verduidelik dat hulle tog die ambulans moes ontbied, want die pasiënt het weereens geweier om hospitaal toe te gaan. Sy is later gehospitaliseer te Boitumelo Hospitaal en sal dan na Bloemfontein vervoer word wanneer dit tyd is vir haar afspraak. Felicity kontak die vriendin wat aanvanklik die verwysing gemaak om haar op hoogte te hou van die hospitalisasie van haar vriendin tans in Boitumelo Hospitaal. Felicity skakel die dogter om vas te stel in watter saal sy opgeneem is omdat sy vir die pasiënt lekkernye en gegeurde water gekoop het om vir haar te neem. Felicity vertel dat die dogter die slegte nuus met haar gedeel het dat haar moeder vroeër die oggend gesterf het! Felicity: "Dit is werklik vir my 'n groot skok!"

6. Felicity bring 'n tuisbesoek op 17 April 2023 by 'n **nuwe kankerpasiënt** wat aangemeld is. Pasiënt se dogter lig Felicity in dat haar moeder nie die volgende dag vir chemo wil gaan nie. Felicity stel voor dat hulle net die onkologie afdeling in kennis moet stel anders kan hulle later weier om haar moeder te help. Die dogter probeer telkemale sonder sukses om die onkologie afdeling gekontak te kry, daar is geen antwoord. Die dogter het uit radeloosheid 'n boodskap na die dokter gestuur. Die gesin sal nog besluit of hulle haar op 24 April 2023 na Bloemfontein gaan neem. Felicity bied aan om hulle met R700 se petrol te help indien hulle wel besluit om te gaan. Op 21 April 2023 skakel die dogter vir Felicity vir hulp want haar moeder haal snaaks asem. Suster Retha en Felicity haas hulle daarheen en met hulle aankoms besef hulle dat die pasiënt sterwend is. Felicity gaan haal doeke vir die pasiënt en bied sy ook aan om 'n Versorger by hulle te plaas. Hulle weier egter en noem dat hulle moeder spesifiek gevra het dat sy nie vreemde persone by haar wil hê nie. Hulle sien kans om haar te help versorg. Felicity skakel later weer om te verneem na die pasiënt se toestand net om te hoor by die dogter dat haar moeder so pas om 09h40 **gesterf het.** Suster Retha en Felicity gaan help met die was en aantrek van die oorledene. Hulle het spesiale klere vir haar gekies. Hulle het egter nie 'n begrafnispolis nie en Felicity bied aan om Siloam Begrafnisdienste te skakel. Rudi Breedt (eienaar) belowe hy sal hulle tegemoet kom. Hulle het besluit op 'n verassing.

7. **Longkanker pasiënt met veelvuldige metastase:** Die pasiënt bespreek sy motivering om die chemo behandeling te staak met sy onkoloog op 13 April 2023 omdat hy erge newe-effekte ondervind en dan gehospitaliseer moet word. Nadat hy weereens gehospitaliseer is, het sy gesin ingestem om hom tuis te versorg vanaf sy ontslag op 24 April 2023. Felicity tref reëlings vir 'n hospitaalbed en reël met 'n Versorger wat bereid is om by die gesin tuis te gaan werk vir 'n week om dag- en nagdiens te verrig. Die pasiënt woon buite die dorp by sy skoonseun en dogter se plot maar in sy eie huis (Houthuis wat sy begeerte was). Die pasiënt is Vrydagoggend, 21 April 2023 ontslaan. Op 25 April 2023 het die pasiënt se eggenote hulle huisdokter geskakel vir 'n dringende tuisbesoek. Hy is gediagnoseer met erge hartversaking. Dit is wonderlik dat hy die laaste vier dae van sy lewe in die houthuis wat hyself opgerig het, nog "memories" kon agter laat vir diegene wat agterbly. Hy sterf op 25 April 2023. Felicity stel sy predikant, onkoloog en die begrafnisondernemers in kennis. Sy diens was Woensdag 03 Mei 2023 vanuit die Moederkerk!

April 2023 was 'n lang en uitmergelende maand van tuisversorging vir ons organisasie gewees! Ons het sewe pasiënte aan die dood afgestaan wat ook nog 'n nuwe verwysing insluit wat 'n rukkie daarna gesterf het! Waar soek mens uiteindelik hulp in só 'n situasie? Mens worstel … maar soms is dit in orde. *"Ek is 'n mens en God weet dit" (Psalm 103:14).* Ons het letterlik aan hierdie Psalm vasgeklou! Ons het aangehou glo aan hierdie woorde gedurende die swaarkry. Maar die Here het ons worsteling gebruik om 'n brug te bou vir pragtige verhoudings verder met ons ander kankerpasiënte wat ons dienste benodig. Dit het ons ook gehelp om ons te bevry van baie dinge wat ons vasgevang gehou het!

MOTIVERINGS ARTIKEL

Hoe verstaan ons die rouproses

(deur Anna-Mart Wait)

Om te rou is ‘n heeltemal natuurlike manier van menswees … Dit is ‘n emosie wat almal van ons op een of ander tydstip in ons lewe sal ervaar. Om te rou is ‘n ander emosie as wat ons ervaar wanneer ons bloot hartseer of ontsteld is. Dit is meer intens en word meestal teweeg gebring deur ‘n kritieke lewenservaring soos bv. Die afsterwe van ‘n geliefde of ‘n onverwagse siek diagnose.

Om te rou verskil altyd van persoon tot persoon, omdat elkeen van ons uniek is en die lewe deur verskillende perspektiewe ervaar. Om te verstaan hoe ons rou, gaan ons nou kyk na sommige gesonde en ongesonde reaksies op rou. Daarmee kan ons ons self bewus maak hoe ek, jy of iemand in jou lewe ‘n veranderde lewenservaring hanteer.

Gesonde reaksies

 # *Gun jouself genoeg tyd*
Omdat rou veroorsaak word deur trauma, is dit verkeerd om te dink dat dit vinnig verby sal gaan. Dit is verkeerd om voor te gee asof alles in orde is! Wanneer jy deur die rouproses gaan, wees sag op jouself. Besef dat daar nie ‘n vasgestelde tydskedule vir dit is nie. Hierdie reël geld ook vir iemand anders wat besig is om deur soortgelyke lewensbeproewings te werk!

 # Ken die verskil tussen alleen tyd en isolasie
Daar is niks verkeerd om alleen te wil wees as jy hartseer is nie! Dit is normaal, want dit is ‘n gesonde manier om jou gedagtes agtermekaar te maak en geestelik uit te sorteer. Verlengde tye van isolasie waarin jy jouself van alles en almal afsluit, is egter nie die regte besluit nie. Ons as mens is sosiale wesens en dit sluit die hantering van moeilike emosionele situasies in. Of dit jyself is of iemand vir wie jy omgee - weet dat tyd alleen tydens die rouproses gesond is, solank dit nie in totale isolasie verander nie.

#Gee uitlating aan jou gevoelens
Rou is ‘n baie sterk emosie wat ‘n persoon kan ervaar. Dit veroorsaak dikwels ‘n groot opbou van emosionele spanning wat indien dit opgekrop word, uiters nadelig kan wees. Dit is belangrik om te verstaan dat uitlating in orde is, solank dit nie vir jou of iemand anders skadelik is nie. Stort jou hart uit aan iemand na aan jou of iemand anders wat ‘n oor het om te luister. Selfs as dit jou help om jou kussing vir ‘n halfuur te slaan, doen dit …… Emosies van hierdie omvang moet en kan nie onderdruk word nie.

Ongesonde reaksies

 # Chroniese ontkenning
Alhoewel ontkenning algemeen voorkom in die vroeë stadium van rou, word dit ongesond as dit uitgerek word en te lank aan hou. Dit gebeur somtyds dat ons verstand homself wil beskerm en so die trauma wil blokkeer. Daar word dan ‘n fantasie gevorm waarin die trauma nie plaas vind nie. Te

lange ontkenning verhoed onder andere dus dat die rouproses aangaan en ons kan dan nie die gebeure verwerk nie.

 # Roekelose gedrag
Dit is redelik algemeen dat iemand wat deur trauma gaan, betrokke raak met onkarakteristiese gedrag. Daar word moontlik van alkohol of dwelms gebruik gemaak om die seer te "verdrink". Sou jy hierdie gedrag by jouself of by iemand anders opmerk, is dit van kardinale belang om stappe te doen om hulp te soek en sodoende te voorkom dat een tragedie na 'n ander lei.

 # Oormatige skuldgevoelens/ Selfbeskuldiging
Hier praat ons nie van 'n situasie waar jy treur oor 'n daad waarvoor jy verantwoordelik was nie. Hier gaan dit oor 'n gevoel van onregverdigde skuldgevoelens …. die gevoel van "het ek maar "of " kon meer gedoen het om dit te voorkom". So al of jy moonlik die onderliggende oorsaak sou wees. Hierdie gevoelens verhoed nie net die genesingproses nie, dit eis ook 'n geweldige tol van die persoon se emosionele en fisiese gesondheid.

Ons weet daar is vyf fases van rou:

1. **Ontkenning**
   Dit is 'n manier om van die angstigheid van die situasie te ontsnap. Dit word verwoord in terme van "dit kan nie waar wees nie!" Hier praat ons van die soeke na die waarheid.

2. **Woede:**
   Die persoon is kwaad vir enige iemand bv. die regering, die mediese personeel, die kerk of vir God. Daar is 'n gevoel van frustrasie en nutteloosheid. Dit kan dikwels gepaard gaan met aggressiewe gedrag of irretasie.

3. **Depressie:**
   Dit is die gevoel wanneer die persoon besef daar is niks wat die situasie kan of gaan verander nie. Ons begin moedeloos en depressief voel. Eetlus, slaappatrone en buie verander van die normaal.

4. **Onderhandeling:**
   Vra God vir meer tyd

5. **Aanvaarding:**
   Hier begin die mens om die werklikheid te aanvaar en vrede te maak met wat gebeur het. Ondersteuning van familie en vriende speel 'n belangrike rol om nuwe gewoontes te vestig bv na die afsterwe van 'n eggenoot, sodat die oorlewende maat kan aangaan met sy/haar lewe.

Omdat elkeen van ons uniek is, ervaar ons nie almal rou dieselfde nie en ook nie noodwendig in 'n spesifieke orde nie.

Hierdie artikel is nie 'n kits oplossing nie en moet ook nie gesien word as 'n vervanging vir berading nie. Maak asb kontak met jou dokter of terapeut as jy voel dat jy beheer verloor het.

Vriendelike Laeveld groete

Anna-Mart Wait
Specialist Wellness Counsellor
Email: annamart.wait@gmail.com
Cell no.0781188539

Raak Betrokke

Liefdegawes word uitgedeel

Kontak gerus vir Felicity Combrinck by 084 206 8912 of nfscaregivers@telkomsa.net of besoek ons kantoor gedurende 09:00 – 13:00 weeksdae te Sarel Cilliers-straat 13B, Kroonstad indien jy belangstel of meer wil uitvind van die organisasie.

ONTHOU DAT ARTIKEL 18A BELASTING DONASIE SERTIFIKATE UITGEREIK WORD AAN DIE EINDE VAN 'N FINANSIëLE JAAR VIR ALLE FINANSIëLE DONASIES AAN DIE ORGANISASIE WAARVAN 'N SEKERE PERSENTASIE VERHAALBAAR IS VAN U PERSOONLIKE / MAATSKAPPY BELASTING.

Bankbesonderhede: Northern Free State Caregivers
ABSA Bank, Kroonstad, Taknommer 632005

Rekeningnommer: ***Besigheidsrekening*** **406-838-7301**

Sou u dit oorweeg om NFS Caregivers in u testament te benoem, kontak gerus u prokureur of instansie waar die testament gehou word om meer besonderhede uit te vind. Ons wil byvoorbaat u bedank vir u uitsonderlike vrygewigheid en nagedagtenis om ons organisasie as begunstigde te benoem. Wees verseker van ons opregte en lojale ondersteuning. Daar is baie geleenthede - geen nalatenskap is te klein of te groot nie!

U KAN GERUS DIE NUUSBRIEF AAN U VRIENDE EN KENNISSE VERSPREI EN EKSEMPLARE OOK BEKOM DEUR ONS TE SKAKEL BY 056 212 3415 of 084-206-8912 OF STUUR 'N E-POS AAN:

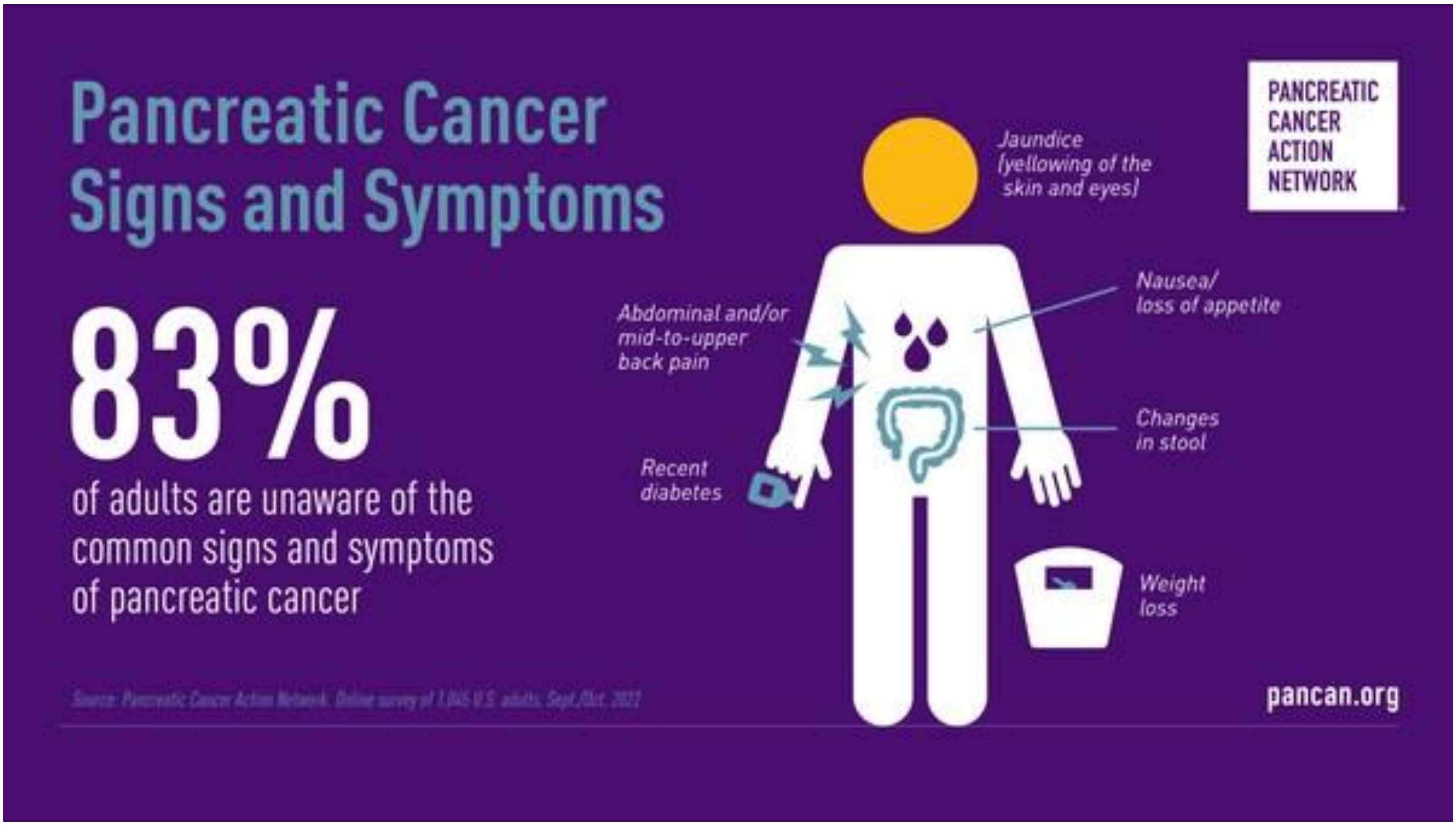
nfscaregivers@telkomsa.net

Besoek Ons Webwerf By

nfscaregivers.co.za of

Like ons facebook blad by

NFS Caregivers Kroonstad



Pancreatic Cancer
Signs and Symptoms
83%
of adults are unaware of the common signs and symptoms of pancreatic cancer
Jaundice (yellowing of the skin and eyes)
PANCREATIC CANCER ACTION NETWORK
Nausea/ loss of appetite
Abdominal and/or mid-to-upper back pain
Changes in stool
Recent diabetes
Weight loss
pancan.org

ARE YOU TAKING CARE OF YOUR PANCREAS?
Avoiding cigarette smoking
Eating a healthy balanced diet
Maintaining a healthy weight
Regular exercise and fitness

STOP PANCREATIC CANCER!

PANCREATIC CANCER will be the #2 CAUSE OF ALL CANCER-RELATED DEATHS by 2020 and affects mostly those who are 65 or older.

SOME RISK FACTORS

- Family history
- Chronic pancreatitis
- Smoking
- Obesity
- Pancreatic Cysts
- Diabetes

SOME SIGNS AND SYMPTOMS

- Abdominal or back pain
- Jaundice
- Loss of appetite
- Nausea
- Loose stools
- New onset diabetes

PREVENTION

- Healthy weight
- Limit alcohol intake
- Quit smoking
- Early detection and surveillance for high risk groups

Protect your pancreatic health. Prevention and early diagnosis of pancreatic cancer are crucial to improving survival rate.

Source: Moffitt Cancer Center

© 2018 Moffitt Cancer Center

moffitt.org/take-charge

NUUSBROKKIES

Met ons maandvergadering van 28 Maart 2023 het Wollie gereël vir ‘n groot verrassing vir die lede teenwoordig. Carien Zwart, Mev S.A. Finalis en An-Marie Meyer, Mev Dowe S.A. Finalis het ons kom besoek. Watter voorreg was dit om hierdie twee vrouens van Kroonstad te kon ontmoet! Besoek gerus hulle Facebook Bladsye.

Foto geneem: Mnr Meyer (eggenoot van An-Marie)

V.l.n.r.: An-Marie Meyer, Mev Dowe S.A. Finalis, Wollie van Schalkwyk, Carien Zwart, Mev SA Finalis, Minnie Burger, Felicity Combrinck, Selina Letsele.

Felicity het beide die dames geluk gewens met hulle prestasie tot waar hulle al gevorder het en wens hulle alles van die beste toe vir die laaste rondte wat voorlê.
Tydens die vergadering het Minnie Burger en Selina Letsele (beide borskanker pasiënte in remissie) hulle verhaal gedeel met die lede. Wat ‘n ongelooflike inspirasie om beide vrouens te hoor praat van hulle diagnose met kanker gedurende Covid-tydperk!

An-Marie Meyer
Ms Deaf South Africa 2023 finalist
PLEASE don't forget to vote for me. Come support to my votes
My vote code is MDS21 to 47439
Option 1 : Per vote is R3.00 per SMS
Option 2 : Buy votes (works out cheaper)
vote now!
* 50 votes = R50.00
* 100 Votes = R100.00
* 200 Votes = R200.00
* 300 Votes = R300.00
CAPETOWN
CAPETOWN
Pay the amount into the bank account.
Miss Deaf South Africa
Firths National Bank
Check Account
Account no: 62771149715
Branch Code : 252645
Male line
Ref : MDS21/bulkvotes

Mrs
SOUTH AFRICA
Dallmayr
Carien Zwart
SEMI-FINALIST 2023
To Vote: Like, Share & SMS Carien Zwart to 47587
R3/SMS ✣ Free SMSes do not apply