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


# Ode aan 'n NFS Caregiver (Vrywilliger)

**Jy's NFS Caregivers se waardevolste bate, die ruggraat van die organisasie se werk in die gemeenskap!**

**Jou naam is vrywilliger of "Volunteer" of Caregiver. Net wat jy wil. Maak nie saak in watse papiertjie jy toegedraai word nie, jy bly 'n waardevolle steunstelsel.**

**In tye wanneer 'n kankerpasiënt onwillekeurig met sy sterflikheid gekonfronteer word en aan die suigies van die lewens niekerbôl trek, weet ons byvoorbaat dat jy jou onvoorwaardelik beskikbaar stel vir hierdie naastesdiens wat jy met vreugde en toewyding aanpak.**

**Dit is met dank dat NFS Caregivers jou onthou vir ……**

- **Jou ondersteuning en raad;**
- **Jou geroepenheid om die rol as vrywilliger te vervul;**
- **Jou opgewondenheid oor 'n pasiënt wat kanker oorwin het;**
- **Jou betrokkenheid in ondersteuningsgroepe;**
- **Die versorging en ondersteuning van 'n pasiënt en sy/haar gesin;**
- **Die wysheid en krag wat jy namens die organisasie uitstraal;**
- **Jou kundigheid en vaardigheid om te kan luister;**
- **Die wyse waarop jy die boodskap van hoop uitdra;**

**NFS Caregivers se vennootskap met jou is kosbaar en na byna 17 jaar (April 2024) kan NFS Caregivers met trots sê: "Ons salueer jou!"**

## FEBRUARIE 2024


- Ode aan 'n NFSCG Caregiver/Vrywilliger
- Onkologie Klinieke
- Nuwe Verwysings
- Versorging: Algemeen
- Jou Storie Is Belangrik
- Palliatiewe Versorging
- Waarom raak ons betrokke?
- Hoor die hartklop! – Raak betrokke

# ONKOLOGIE KLINIEKE

## Maandeliks

# Onkologie klinieke – Naudé Saal

Die twee privaat onkoloë vanaf Bloemfontein se klinieke in Februarie 2024 was so besig soos altyd! Kankerpasiënte kom vir hulle opvolg besoeke en nuwe kankerpasiënte word deur hulle dokters verwys vir verdere behandeling deur die onkoloë.

Hierdie klinieke dien ook as ‘n ondersteunings groepsessie. Hier kan hulle rustig met mekaar hulle gevoelens en gewaarwordinge deel en dan besef dat hulle nie alleen is nie! Daar is ander kankerpasiënte wat dieselfde vrese en gevoelens ervaar.

Caregivers/Vrywilligers staan bont om almal te bedien en dit net met liefde om vir ‘n pasiënt iets te kan beteken. Van die plaaslike kerke en besighede skenk maandeliks verversings vir die klinieke. Pasiënte geniet hierdie spesiale tydjie by die kliniek al is dit net om tydelik van hulle siekte bietjie op die agtergrond te skuif.

Ons bedank ook graag al die donateurs en borge vir die verversings tydens die klinieke se besoektye dwarsdeur die jaar. Ons waardeer dit opreg!

# NUWE KANKERPASIËNTE

## GEDURENDE FEBRUARIE 2024 HET ONS TWEE NUWE VERWYSINGS ONTVANG

### Borskanker pasiënt met moontlike metastase

Pasiënt se suster van Engeland het NFSCG gekontak per e-pos. Haar suster is baie siek en woon alleen by haar seun wat haar nie kan versorg nie. Felicity het 'n tuisbesoek gebring en moes hoor dat sy moeder pas geval het. Felicity doen die volgende waarneming: Die pasiënt is baie swak en maer, sy braak baie en het 'n knop in haar lies. Die dokter wat vir haar 'n afspraak gereël het vir 12 April 2024 by Nasionale Hospitaal se onkologie afdeling, vermoed dat haar kanker na 16 jaar gemetasteer het na die limfkliere.

Daar is byna geen meubels in die huis nie en weinig kos. Felicity en Suster Retha bring 'n evaluasie besoek by die pasiënt en neem ook Lifegain en proteïen aanvullings saam. Naar medikasie word ook voorsien aan die pasiënt. Besluit is geneem om 'n hospitaalbed te neem asook 'n versorger vir die dag terwyl haar seun snags na haar sal omsien. Suster Retha skenk gordyne vir haar kamer. Die pasiënt se suster is per e-pos in kennis gestel van die reëlings.

Op 26 Februarie 2024 begin NFSCG met daaglikse tuisversorging. Felicity het die nodige linne saamgeneem en basiese kruideniers gaan koop. Felicity kontak haar dokter en binneaarse vog word voorgestel wat suster Jorietha Heymans passeer by die pasiënt. Op 27 Februarie 2024 is gereël om voltydse nagdiens te verrig by die pasiënt. Sy reageer goed op die behandeling en die intraveneuse vog word gestaak. Ons sal egter voorlopig die hele Maart by hulle die versorging waarneem en motiveer haar om soveel as moontlik vloeistowwe in te neem.

Dit gaan onder omstandighede eintlik goed met die pasiënt. Sy kan nog self loop en bad wat eintlik 'n wonderwerk is in vergelyking met die dag wat ons begin het met versorging!

***<u>Felicity wil hier graag 'n stukkie getuienis lewer</u>: "'n Vriendin het haar gekontak om te verneem of daar dalk iemand is vir wie sy iets kan beteken? Felicity vertel haar van die pasiënt se omstandighede en sy gaan lewer minstens 3 maande se kruideniersware en vele meer by die huis af. Sy wil geen erkenning daarvoor hê nie en noem dat sy 'n "agtergrondsmens " is en dat sy nie 'n ophef wil maak van dit wat haar hande vind om te doen nie."***

### Ovaria kankerpasiënt met metastase

Die dogter van die tweede nuwe kanker pasiënt kontak Felicity om haar mee te deel dat haar mamma baie siek is en met graad 4 Ovariakanker gediagnoseer is wat reeds gemetasteer het. Die pasiënt het in Johannesburg by haar kinders baie siek geword en is daar na 'n staats hospitaal geneem. Felicity en Suster Jorietha bring 'n tuisbesoek. Die pasiënt vertel dat sy sedert Julie 2022 na haar dokter toe gegaan het met erge komplikasies. In April 2022 was sy by 'n ginekoloog wat vas gestel het dat daar 'n massiewe massa by die uterus is. Sy word egter ernstig siek en haar kinders neem haar in Augustus 2022 na Steve Biko Hospitaal in Gauteng waar sy in September 'n totale historektomie ondergaan het. Haar toestand het heelwat verbeter.

Aan die einde van November 2022 het daar weer erge komplikasies ontwikkel en daar word vasgestel dat die kanker gemetasteer het. Sy het ons nooit gekontak ivm haar diagnose nie en omdat sy Johannesburg toe is vir haar behandeling, het ons geen kennis van haar gehad nie.

Die pasiënt se dogter kontak weer vir Felicity met die nuus dat haar mamma baie siek is. Met Felicity se tuisbesoek verneem sy dat die pasiënt weer op 5 Maart 2024 by Steve Biko Hospitaal moet wees. Die kanker is reeds gevorderd tot graad 4! Sy sal waarskynlik by haar dogter oorbly.

# KANKERPASIËNTE
## Versorging

Daar is ‘n biopsie gedoen op ‘n kankerpasiënt en het sy die uitslae gekry wat bevestig het dat haar **kanker gemetasteer** het na haar **longe**. Sy noem vir Felicity dat sy die uitslag verwag het, maar dat dit nogtans ‘n skok is. Felicity help haar met haar kolostomie versorging. Tydens ‘n stoma versorging noem die pasiënt aan Felicity dat sy op gehou het om te rook en dat sy baie onseker is oor die besoek aan die onkoloog. Felicity bemoedig haar deurentyds.

Pasiënt het komplikasies ontwikkel van kortasem en benoudheid maar wil nie ‘n Covid toets laat neem nie en wou ook nie ongevalle toe gaan nie.  Felicity en Suster Retha moedig haar aan om dié komplikasies met haar onkoloog te bespreek.

**Prostaat kankerpasiënt met metastase na die skelet/bene** – Pasiënt word gehospitaliseer te Nasionale Hospitaal, Bloemfontein omdat sy bene erg verswak het! Hy word in Saal 29 opgeneem om hom gereed te maak vir bestraling.

Daar word probleme ervaar met die versorging omdat die personeel weier om hom skoon te maak, nadat hy nie betyds by die toilet kon kom nie. Felicity beveel aan dat sy vrou die hoof van onkologie moet kontak en haar in kennis moet stel van die probleem. Die pasiënt besluit egter om dit liewer nie te doen nie, die personeel het gewissel en hulle help hom nou om betyds by die toilet te kom. Hy is bang dat hulle teen hom sal diskrimineer indien hy kla oor die versorging.

Pasiënt se vrou skakel Felicity op 06/02/2024 om die behandelings prosedure met haar te bespreek. Felicity bied aan om hulle te help met ‘n gedeelte van hulle petrol uitgawe heen en weer na Bloemfontein. Suster Retha bring ‘n tuisbesoek by die pasiënt en kontak Felicity om te vra vir doeke omdat hy baie swak is asook ‘n commode. Die moontlikheid van tuisversorging word bespreek asook ‘n hospitaalbed vir sy versorging.

Daar is nog geen uitsluitsel oor verdere behandeling vir die pasiënt nie, behalwe dat daar ‘n moontlikheid is dat hy na Pelenomi Hospitaal in Bloemfontein oorgeplaas gaan word vir verdere skanderings. Hy word egter **skielik** ontslaan en ons bespreek tuisversorging. Die pasiënt se vrou verseker ons dat die kinders daar slaap en dat sy net hulp gedurende die dag benodig. NFSCG begin met daaglikse tuisversorging op 20/02/2024.

**Ovariakanker pasiënt met metastase** het weer ‘n besoek gebring by haar onkoloog maar het ongelukkig slegte nuus ontvang. Haar kankertelling het gestyg.

Hulle is besig om vir haar ‘n nuwe chemo behandelingsplan saam te stel omdat die vorige een nie gewerk het nie. Sy is vir ons absoluut in inspirasie! Haar besluit is om **elke dag voluit tot eer van God te leef!**

**Velkanker pasiënt** se vrou het Felicity geskakel met die nuus dat haar man erge komplikasies ondervind en dat hy baie verswak het. Hy kan glad nie loop nie. Sy opvolg afspraak by sy besoekende onkoloog in Kroonstad is op 08 Februarie 2024 maar hy sal nie die afspraak kan nakom nie. Felicity het medikasie aanbeveel vir die erge diarree wat hy ondervind. Die pasiënt het ‘n afspraak met Felicity en die suster gemaak op 07 Februarie 2024 om te evalueer wat die toestand van die pasiënt is om ‘n tuisbesoek vanaf die besoekende onkoloog aan te vra by die pasiënt.

Met Felicity se aankoms was sy stom geslaan van verbasing. Die vrou van die pasiënt is by die haarsalon en een van Suster Tillie Fourie (Privaat Verpleging) se mense is by die pasiënt tuis! Die pasiënt kla van aanhoudende pyn in sy arm en dat sy kop glo stukkend is na ‘n val. Met Suster Retha se behoorlike ondersoek kon sy geen stukkende plekke kry nie behalwe ‘n blou kol. Syself en Felicity het die pasiënt op sy ander sy gedraai sodat hy nie op die seer arm lê nie. Hulle vertrek sonder dat sy vrou opgedaag het in die tyd!!

Die volgende dag skakel die vrou van die pasiënt weer vir Felicity om te vra hoe gaan sy haar man by die onko kliniek kry. Felicity het aan haar gesê dat syself maar moet kliniek toe kom en aan die dokter die situasie verduidelik. Felicity sal haar gaan haar en terug neem huis toe. Die vrou verduidelik aan die onkoloog dat hy te bang is om te loop omdat daar kankergewasse op sy arm by die operasie litteken verskyn het en dat hy baie pyn in sy arm het. Die onkoloog beveel aan dat sy hom na die chirurg toe terugneem wat die operasie gedoen het en dat hulle in die hospitaal moet vasstel wat die oorsaak is dat hy nie kan loop nie. Hy kan moontlik onderliggende hartversaking hê. Hulle verhuis binne twee weke na verblyf binne in Edelkroon waar daar voltydse versorging gaan wees en dit sal haar lewe vergemaklik!

**Pankreas kankerpasiënt** se broer het Felicity geskakel op ‘n Saterdagoggend om raad te vra vir die pasiënt aangesien sy baie komplikasies ervaar na haar chemo behandeling

Felicity het dadelik haar dokter geskakel om toestemming te bekom om haar te laat spuit met medikasie teen erge naarheid. Suster Retha en Felicity het die spuit die Saterdag gaan toedien terwyl Felicity en Suster Jorietha weer ‘n spuit die Sondag gaan toedien het.

Die pasiënt is in trane en vertel van die erge komplikasies wat sy ervaar. Felicity beveel aan dat sy haar onkoloog moet inlig insake die erge komplikasies op 26 Februarie 2024. NFSCG help hulle met petrol uitgawes. Toe sy by die onkoloog arriveer was dit net trane, maagpyn en naarheid!!! Die onkoloog het onmiddellik vir haar nuwe medikasie voorgeskryf wat gou gewerk het!!! Dit gaan tans goed met haar.

**Bejaarde borskanker pasiënt met metastase na haar limfkliere:**

Bejaarde borskanker pasiënt word verwys na plaaslike chirurg vir die verwydering van gewasse in haar lies en bors. Operasie vind plaas op 02/02/2024. Felicity bring 'n tuisbesoek by die pasiënt en haar dogter. Die pasiënt vertel van haar lang verbintenis met kankerpasiënte. Sy het aanvanklik opleiding voltooi by Kansa jare gelede terug om haar toe te rus om pasiënte te mag besoek en later het sy vir jare die onko klinieke by Netcare Kroon Hospitaal beman. Sy deel haar dankbaarheid omdat dat die operasie suksesvol afgehandel is. Die biopsie uitslae sal later bekend gemaak word. Die pasiënt skakel Felicity met die slegte nuus dat kanker weer by haar gediagnoseer is en dat die onkoloog voorgestel het dat sy met chemo pille moet begin.

Borskanker pasiënt het haar eerste chemo behandeling ontvang en het newe-effekte ervaar. Haar volgende behandelihng het sy in Welkom ontvang. Suster Jorietha en Felicity het 'n tuisbesoek gebring op 01 Februarie 2024 waar suster Jorietha vir haar 'n inspuiting moet toedien om die groei van die kankerselle te vertraag. Sy het intussen weer chemo behandeling ontvang op 14/2/2024 waarop die proses van die spuit weer herhaal is om die groei van die kankerselle te probeer vertraag. Volgens pasiënt voel sy goed en noem aan Felicity en Suster Jorietha dat sy hierdie keer geen newe effekte ervaar het nie!

***'n Onbekende Borskanker pasiënt met Gevorderde borskanker deel haar storie:***

***"Die kanker het na my ruggraat, ribbes, borsbeen, die regterkant van my skedel, skouers en bene versprei. Die siekte het my lewe dramaties beïnvloed! My ruggraat is beskadig en ek is 'n semi-invalide. Ek verduur konstante pyn. Dit is vir my 'n stryd om aan die lewe te bly. As ek gelukkig genoeg is om 'n pynlose dag te beleef, dan is ek verbaas en prys myself omdat ek dit gemaak het! Ek is trots daarop dat ek nie moed opgegee het nie! Al wat ek wil hê is dat mense moet ophou om vir my te sê ek moet net sterk wees, want om sterk te wees is al tweede natuur by my! Ons vrouens wat met borskanker gediagnoseer is, veg om te leef dag na dag en moet gesalueer word!***

***Erkenning: News24 Oktober 2029***

*Indien daar 'n borskanker pasiënt is wat bereid is om haar storie met ons te deel vir ons maandelikse nuusbrief – kontak ons gerus by nfscaregivers@telkomsa.net of skakel vir Felicity Combrinck by 084-206-8912. Pasiënte kan anoniem bly. Die doel van die inligting is om jou lewens ervaring met borskanker te deel met ander waarby hulle baat kan vind.*

# PALLIATIEWE SORG & STERWENSBEGELEIDING

Ons innige meegevoel aan die drie families met hulle groot verlies

**Rudi Breet** het die begrafnisdiens **Siloam** bedryf in Kroonstad. Hy het die afgelope 48 jaar liefde, diensbaarheid, dankbaarheid en onbaatsugtigheid prakties en met oorgawe uitgeleef. Sy kosbare, nederige en opregte hart het hom oraloor bekend en geliefd gemaak. Hy was 'n dromer, planmaker, raakvatter, harde werker en aan "aanhouer wen" geglo het!

Dit was sy passie, erns en bediening om treurendes in hul verlies en rousmart by te staan. Sy arm was nooit te kort om te help nie en hy het geen moeite ontsien nie - dikwels ten koste van homself want hy wou die lewe mooi en beter vir ander maak.

Felicity sê Rudi haar by verskeie geleenthede gehelp indien 'n kankerpasiënt se familie nie geld gehad het vir 'n verassingsdiens nie. ***"Ek sal hom mis, nie vir wat hy vir my en families gedoen het nie, maar vir sy menswees en liefde bewys ongeag!"***

**Magdaleen, 'n serebraal verlamde dogter** vir wie NFSCG vir langer as 10 jaar gehelp deur maandeliks 'n finansiële bydrae te maak aan haar Mamma om te help met haar versorging en elke jaar ook 'n kersgeskenkie vir haar geneem het, is op 15/02/2024 oorlede. Felicity het die volgende teks boodskap van Magdaleen se Mamma ontvang: "Jesus het gisteraand vir Magdaleentjie kom haal." Die dogter kon net met geluide met haar moeder "kommunikeer" en was permanent op doeke. Felicity het dan ook haar begrafnisdiens bygewoon.

Die derde pasiënt wat oorlede is se vrou het geskakel om vir Felicity te sê dat sy dink haar man het gesterf!
**Felicity:** ***"Ek het reeds lank terug vir haar belowe dat ek haar sal gaan help indien hy sterf".***
Sy het haar man alleen versorg vir 3 jaar, ten spyte van die feit dat almal aanbeveel het dat sy hom in 'n plek van versorging moet plaas. Ten spyte van vele uitdagings het sy net volgehou dat sy self na hom sal omsien.

Terwyl die vrou geskakel het, was Suster Retha Kroukamp by Felicity waar hulle 'n evaluasie moes maak ivm moontlike versorging van 'n nuwe kankerpasiënt. Hulle het inderhaas na die vrou toe vertrek. Met hulle aankoms was die pasiënt reeds oorlede en het Felicity sy dokter geskakel asook hulle predikant. Felicity en Suster Retha het die pasiënt gewas en vir Siloam Begrafnisdienste gekontak met die vrou se toestemming om sy oorskot te kan kom haal. Vriende het opgedaag om die weduwee verder by te staan.

**A broad economic and social perspective on how the problems are defined: People diagnosed with cancer are ignorant about what to expect from this disease and not knowing what operations and treatments wil cost. These patients sometimes only need help and advice and in some cases (like older people) where they have nobody to look after them, they need someone to let them know they are not alone!**

One person
*Caring* about
another
represents life's
**GREATEST**
Value
- *Jim Rohm*

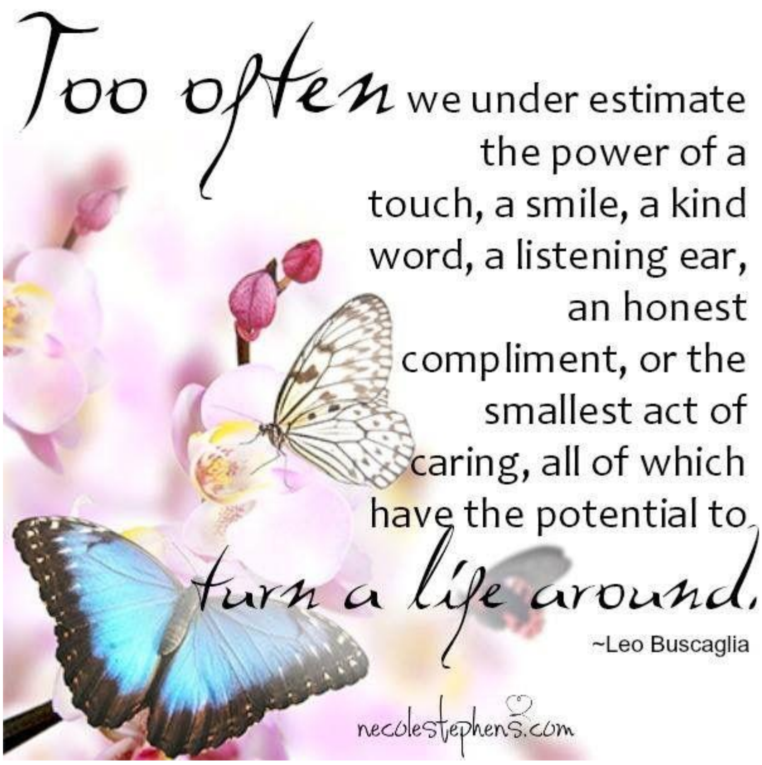
# WAAROM RAAK ONS BETROKKE?

Soveel mense gaan deesdae uit hul pad om weldade aan ander te verrig. Dis so al asof die samelewing van vooraf bewus geraak het van die waarde wat dit het om mekaar se laste te dra.

Maar wat het hierdie behoefte om ander – meestal onbekendes – te help van nuuts af laat opvlam?

“Die wete dat jy ‘n verskil aan iemand se lewe gemaak het, maak van jou ‘n meer vervulde mens,” sê Stephanie Vermeulen, ‘n kundige op die gebied van emosionele intelligensie. Sy meen dat ‘n mens beter voel wanneer jy werklik probeer om van die wêreld ‘n beter plek te maak.

In die moderne samelewing waar tegnologie en geld amper al is wat tel, het tyd en emosionele ondersteuning al hoe skaarser geword. “Deel jy dit met ander, kry jou lewe nuwe betekenis. Dit laat jou beter oor jouself en oor ander voel wanneer jy ‘n helpende hand uitreik”. Sy verwys na die filosoof Ralph Waldo Emerson wat gesê het jy is suksesvol wanneer net ‘n enkele mens makliker asemgehaal het omdat jy geleef het!




As jou gedagtes en jou lewe met positiewe dade vul – soos om by liefdadigheidswerk betrokke te raak (al is dit hoe klein) – skep jy ‘n energie binne jouself wat jou ‘n gelukkige mens maak.

Mens besef nie daar leef nóg soveel welwillendheid en daadwerklike omgee in ons mense harte nie! Om medemens-wees te wees in hierdie vreemde en harde wêreld waarin ons leef. Die geleerdes sê dat ons almal ‘n behoefte het om êrens te “behoort”, ‘n behoefte om deel te wees van een of ander verbintenis waar jy waardeer word; ‘n behoefte om raakgesien te word.

Een van die groot lewenskunste en –voorregte is om mense se vreugdes én hulle nood raak te sien en daarop te reageer! G’n wonder dat een van die geheime van ‘n waarlik gelukkige lewe daarin lê om geen grense aan jou liefde vir die mense naaste aan jou, maar ook die mees onwaarskynlikes, te stel nie. **Probeer dit gerus!**

# 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: **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

# NUUSBROKKIES

## ERWE TE KOOP – SUIDRAND KROONSTAD

**Schwimstraat 16 en 18**

**Tydens bestuursvergaderings en algemene jaarvergaderings sedert Maart 2022 is ‘n resolusie aanvaar om bogenoemde twee leë erwe te verkoop.**

**Aanvanklik wou NFSCG ‘n kompleks vir versorging (Hospice) op die erwe opgerig het, maar die koste is nie vir ons lewensvatbaar nie.**

***DIE ERWE IS REEDS HERSONEER.***

**Vir meer besonderhede kontak Felicity Combrinck by 084-206-8912**