



LEEFTIJD **73** • WOONPLAATS **AMERSFOORT** • WERK **GEPIJNSEERD** **PSYCHIATRISCH VERPLEEGKUNDIGE** • PRIVÉ **SAMENWONEND, 2 KINDEREN, 3 KLEINKINDEREN** • LID VAN DE NVVE **SINDS 2021**

ANDER STERFBED

'Mijn ouders waren NVVE-leden van het eerste uur. Ik heb nooit naar de reden gevraagd, maar ik denk dat het levenseinde van mijn opa er de aanleiding voor was. Maandenlang had hij ziek en machteloos in bed gelegen, uitkijkend naar zijn verlossing. Ik schat in dat mijn vader en moeder zichzelf een ander sterfbed gunden, in eigen regie. Dat is hen beiden gelukt. Mijn vader overleed vrij jong, halverwege de 60, aan kanker. Toen zijn lijden ondraaglijk werd, verzocht hij om euthanasie en zijn arts ging akkoord. Aanvankelijk wilde mijn vader het moment over de feestdagen heen tillen, om zo nog wat extra familietijd te krijgen, maar hij had zo'n pijn dat hij nog voor de kerst

is gegaan. Heel verdrietig, hij had nog zoveel plannen voor zijn leven.'

GEEN WOORDEN

'Anders was het bij mijn moeder, zij was eind 80 en had haar leven geleefd. Ze kreeg een hersenbloeding en belandde halfzijdig verlamd in het ziekenhuis. Ze kon niks meer. Haar allerliefste tijdsbesteding was lezen, maar ook het vermogen om zich te concentreren was weg. Als we met tijdschriften aan kwamen zetten, dan kieperde ze die woest van tafel. "Wat wil je wel?", vroegen we. Met haar hand maakte ze dan een soort pistoolgebaar tegen haar hoofd. Ze wilde zo graag dood, maar was niet meer bij machte om de

woorden te vinden voor haar lijden.'

GENOEG GROND

'Mijn moeder had alle NVVE-formulieren opgesteld, inclusief haar wilsverklaring, maar was niet expliciet genoeg. Gelukkig kende ze haar huisarts al heel lang, diverse keren had ze haar levenseindewensen besproken. Door woorden aan te wijzen in een tijdschrift kon ze hem aangeven dat dit geen leefbaar leven voor haar was, in combinatie met een veel te hoge bloeddruk. Het ziekenhuis wilde niet meewerken aan haar euthanasiewens, dus is ze weer naar huis gegaan. Ik zou de verpleging op me nemen. De huisarts heeft haar daar twee weken gevolgd en zag

genoeg grond om te voldoen aan haar verzoek. Toen het eenmaal zover was, was mijn moeder er zo klaar voor, dat de uiteindelijke injectie en het drankje nauwelijks meer nodig waren.'

EXTRA SCHERP

'Bij mijn moeder heb ik gezien wat er gebeurt als je je levens-eindewensen niet precies genoeg verwoordt. Daarom ben ik daar extra scherp op in mijn eigen wilsverklaring. In 2014 heb ik 'm opgesteld, samen met een collega-vriendin. In ons werk als verpleegkundige hebben we genoeg sterfbedden gezien die wij voor onszelf willen voorkomen. Dat was een goede stok achter de deur om nauwkeurig te zijn. Al besef ik goed dat ik niet alles

kan ondervangen, er zullen vast scenario's zijn die ik over het hoofd zie. En het is natuurlijk afwachten of de arts akkoord gaat. Ik ben bijvoorbeeld stellig over dementie: als het aan mij ligt, dan zit ik de dag na een eventuele diagnose bij de arts om een datum te prikken voor euthanasie. Ik wil wilsbekwaam genoeg zijn om mijn wensen aan te geven. Ik besprak dat met een van de huisartsen in onze praktijk en die moest daar niets van hebben. Gelukkig heeft hij collega's aan wie ik het kan vragen.'

DUIM OMHOOG

'Na een gezond leven weet ik inmiddels wat pijn is. In twee jaar tijd heb ik twee nieuwe heupen, een kunstnie en een

kunstschouder gekregen. Al revaliderend heb ik meermaals gedacht: hoeft het leven nog van mij? Maar gelukkig had ik een perspectief, ik wist dat de pijn minder zou worden, het was een kwestie van geduld. Inmiddels gaat het weer, maar ik begrijp mensen die hun lijden willen stoppen nu nog beter. Deze gedachten bespreek ik ook met mijn dierbaren. Mijn man is gelovig, maar hij heeft vrede met mijn ideeën. Mijn kinderen ook, zeker na al mijn operaties. Ze weten hoe gehecht ik ben aan hen en aan het leven, ik gooi niet zomaar de handdoek in de ring. Mijn zoon zegt: "Mam, jij bent zo positief. Zelfs als je in je graf ligt, steekt er nog een hand bovenuit met een duim omhoog".'