

In gesprek over het levenseinde

Veel mensen vinden het eng om te praten over het levenseinde, maar toch is dat erg zinvol. Daarom verzorgde de KBO op vrijdag 1 november in de Oase een lezing over dit onderwerp.

Hanneke Thielen introduceerde de spreker: Jos Vermunt, lid van de werkgroep 'Identiteit en Zingeving' van de KBO. Hij besprak onder meer het stervensproces en hoe de medische zorg het moment van sterven kan beïnvloeden. In de laatste levensfase is dat voornamelijk pijnbestrijding. Wanneer palliatieve sedatie wordt toegepast is de medische behandeling niet gericht op genezing, maar hoofdzakelijk op pijnbestrijding en op het NIET beginnen van een zinloze behandeling. Verblijf in een hospice kan een oplossing bieden wanneer het einde nadert. En dan is het niet de bedoeling dat 'er dagen aan het leven worden toegevoegd', maar juist 'leven aan de laatste dagen'.

Jos Vermunt legde ook het begrip sedatie uit. In feite is dit het verlagen van het bewustzijn bij onbehandelbare klachten, zodat de patiënt pijn, benauwdheid en angst bespaard blijft. Jos Vermunt heeft veel dankbaarheid gezien als deze mogelijkheid werd toegepast.

Heel uitvoerig werd stilgestaan bij vormen van euthanasie. Saillant detail: er sterven in Nederland per jaar ongeveer 150.000 mensen, waarbij maar in 4% van de gevallen sprake is van euthanasie. Een arts is overigens nooit verplicht medewerking aan euthanasie te geven. Ook kunnen instanties als verpleeghuizen medewerking weigeren als je bijvoorbeeld door dementie wilsonbekwaam bent. En dat terwijl je toch eerder zelf schriftelijk hebt vastgelegd dat dit jouw keuze is. Laat daarom tijdig een rechtsgeldig levenstestament opstellen bij een notaris.

Heel pijnlijk, vooral voor nabestaanden, is zelfdoding. Degene die daarbij helpt, wordt strafrechtelijk vervolgd. Dat geldt niet wanneer men informatie of advies geeft. Hierbij telt niet alleen de waarde van het leven voor het individu, maar ook de waarde van het individu voor zijn relaties. Eigen waarden en normen spelen een grote rol bij de keuzes die gemaakt worden. Overigens wordt versterven, overlijden door te stoppen met eten en drinken, een natuurlijke dood genoemd.

Na de pauze kwam de nadruk van deze lezing vooral te liggen bij praktische zaken, zoals financiële zaken regelen, mogelijkheden in rituelen en gebruiken, uitvaartwensen vastleggen en het afscheid nemen.

Maar steeds weer hamerde Jos Vermunt erop in gesprek te gaan met elkaar, met gezinsleden, familie, maar ook met de huisarts. "Praat erover. En laat je goed informeren over alles wat met dit onderwerp te maken heeft. Goed geïnformeerd zijn, geeft rust in plaats van angst!"

Wie behoefte heeft aan meer informatie over dit onderwerp kan terecht bij de werkgroep Identiteit en Zingeving van de KBO, telefoon 073 644 40 66. In april 2020 verzorgt de werkgroep in Gilze een symposium met als titel 'Het goede leven, als alles niet meer zo vanzelfsprekend is'.