



Met dochter Deborah in de tuin van het hospice.

meemaken, één op de vijf juist niet.

Pijnbestrijding en bewustzijn staan soms op gespannen voet. Morfine bijvoorbeeld heeft slaperigheid als bijwerking.

Als pijnstilling niet volstaat, kan een arts beslissen palliatieve sedatie in te zetten, waarbij patiënten in een soort slaap komen. Dat kan tijdelijk zijn of, bij een levensverwachting van minder dan twee weken, ook tot aan het sterven. Van de groep in het onderzoek die pijnloos sterven belangrijk vindt, geeft driekwart aan pijnbestrijding belangrijker te vinden dan bewustzijn in hun laatste dagen.

Gerda maakt het niet uit hoe ze zal sterven. Palliatieve sedatie vindt ze geen probleem, er te veel over praten wel. Het personeel in Houten zal er heus wat op vinden.

19 december

Het roze dekbed van Gerda is strak over het eenpersoonsbed getrokken. In het midden ligt de vrouw op haar rug, armen gestrekt langs haar middel, de handpalmen rusten op het dekbed. Gerda hoest, en ademt zwaar. Haar ogen verraden vermoeidheid. Het is een slechte dag, deze druilerige 19 december.

Al meer dan twee maanden ligt Gerda nu in het hospice. Ze krijgt sinds vorige week elke dag oxycodon, een heftige pijnstiller. De tumor in haar hoofd neemt steeds meer ruimte in. Gerda heeft moeite volledige zinnen te maken. "Ik wist dat dit ging gebeuren", zegt ze met ongewoon lage stem. "Maar nu het zover is, is het toch anders."

Het muurtje rond Gerda is voor haar kinderen steeds lastiger af te breken

'Er is niet meer en er is niet minder. Het is, denk ik, volbracht. Laat de boel maar komen.'

Haar pijn beschrijven wil ze niet, over de dood praten evenmin. Liever kijkt ze naar het kerstmenu dat op het tafeltje naast haar bed staat. "Ik kijk uit naar kerst, en ze doen er hier ook veel aan. Het menu ziet er fantastisch uit."

Een nieuwe hoestbui klimt omhoog uit haar borst, Gerda's vlakke handen worden vuisten waarmee ze hard in het dekbed knijpt. "Er is niet meer, en er is niet minder", zegt ze als ze is uitgehoest. "Het is, denk ik, volbracht. Laat de boel maar komen."

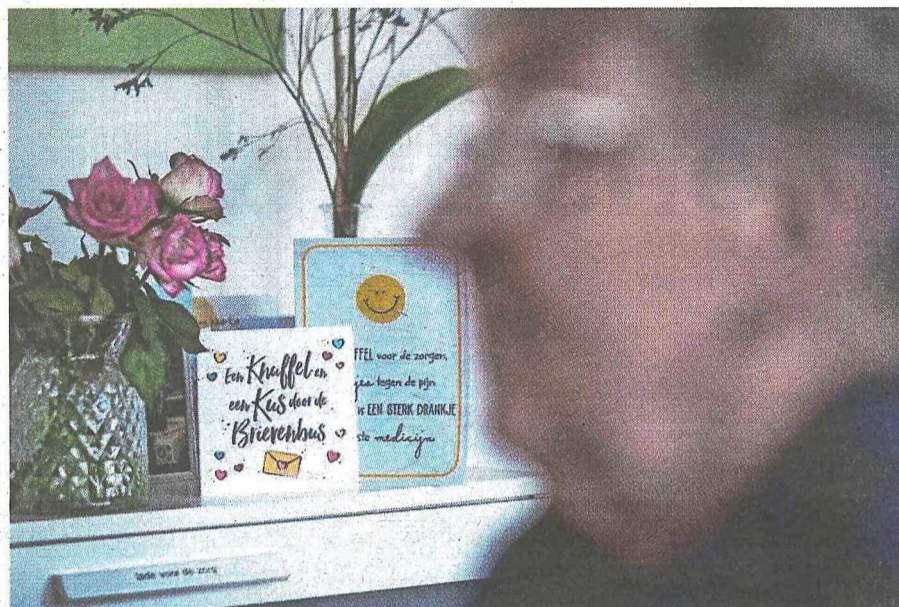
Dochter Deborah en haar broer proberen nog wel met Gerda te praten over het leven en haar afscheid. De kleinkinderen komen langs, Deborah maakt veel tijd vrij. Toch laat Gerda niet het achterste van haar tong zien. Omdat ze haar omgeving niet verdrietig wil maken, denkt de familie. Gesprekken eindigen steeds vaker in 'het is zoals het is'. Het muurtje rond Gerda is voor haar kinderen steeds lastiger af te breken.

12 januari

In de tweede week van januari hoeft Gerda 's ochtends geen cappuccino meer. Ook eten kost meestal te veel energie. Meer dan drie maanden is ze nu in het hospice, langer dan alle andere bewoners. Gerda vindt het een gek idee. Mensen met wie ze eerst nog leuk contact heeft, overlijden één voor één. Het confronteert haar met de werkelijkheid. Dit zal ook haar gebeuren.

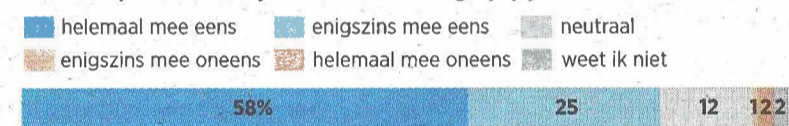
Steeds vaker ligt ze in haar eigen kamer. De vrolijke Gerda is niet meer, ziet het personeel. Het kost

'Ik heb altijd het gevoel gehad: stel je niet aan, ga nou door'

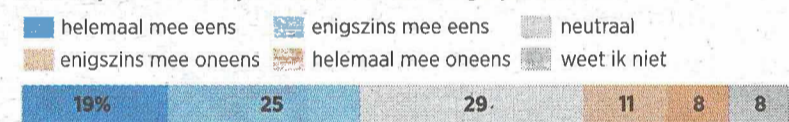


Gerda wil niet dat haar kinderen haar moeten verzorgen.

Ik wil in de periode van mijn sterven zo min mogelijk pijn ervaren



Ik wil de periode van mijn sterven zo bewust mogelijk meemaken



© TROUW | BRON: PANEL INZICHT

haar moeite woorden te vinden. Ze vraagt niet meer om drinken. Voor de hevige pijn in haar rechterbeen krijgt ze morfine. Dat helpt, maar toch blijft ze onrustig.

16 januari

Vier dagen later praat Gerda nauwelijks nog. Ze komt haar bed niet meer uit, en krijgt nu 'intermitterende palliatieve sedatie': om de paar uur dient het personeel via een infuus midazolam toe, zodat het lichaam kan rusten en Gerda even kan slapen.

Als Gerda tussendoor wakker is, zegt ze steeds vaker dat ze het 'wel prima vindt zo'. Praten met haar kinderen gaat niet meer. Gerda krijgt de woorden niet meer en kijkt de andere kant op. Haar borst zit vol vocht. De familie vindt het te pijnlijk om haar zo te zien. Er moet wat gebeuren, vinden ze.

Samen met de arts en verpleegkundigen van het hospice besluiten ze de hersenmedicatie van Gerda te stoppen, zodat ze sneller zal overlijden. Ze krijgt ook steeds meer morfine.

Of het nu door de ziekte komt of door de morfine en de midazolam: op de ochtend van 16 januari verlaat de onrust haar handen. Gerda reageert niet meer op geluid. Mimiek vertoont haar gezicht nauwelijks nog, haar borst haalt nog maar kleine beetjes adem. 's Middags om half vijf geeft haar lichaam het op. Haar kinderen zijn er niet. Het personeel van het hospice staat in de keuken. Gerda heeft het, opnieuw, zelf gedaan.

Wat doen we met de dood?

Meer dan ooit valt er wat te kiezen rond de dood. Hoe gaan Nederlanders daarmee om? Aan de hand van portretten van stervenden beschrijft Trouw de realiteit van het sterven in de serie 'Wat doen we met de dood?'. Samen met Panel Inzicht onderzocht de krant opvattingen over het sterfbed. Dit artikel kwam tot stand op basis van drie gesprekken met Gerda in de periode voor haar sterven, en daarnaast gesprekken met haar zoon en dochter. Met toestemming van de familie vroeg de krant informatie over haar medicatie bij het hospice. Eerdere afleveringen van deze serie en alle uitkomsten en een verantwoording van de peiling zijn terug te vinden op de website: trouw.nl/levenseinde. Wilt u zelf beslissen over uw levenseinde, of hebben anderen daar ook iets over te zeggen? En wilt u ten koste van alles dat uw leven pijnloos eindigt? Reageer via lezers@trouw.nl.



Scan de QR-code voor andere artikelen in de serie.