

Gerda Arkesteijn: 'Mijn veelbesproken euthanasie' Uitgeverij U2pi BV, Voorburg 2013. ISBN 9789087593964 (Alzheimer/Dementie/Verpleegenden als zieke/ Jong dementerend/ED/1) Zie ook: [www.jouwboek.nl](http://www.jouwboek.nl)

### **Soort boek/Ziekte/ Stijl:**

Ervaringsverhaal van Gerda Arkesteijn, een vrouw die 50 jaar is als bij haar de ziekte van Alzheimer wordt geconstateerd. In dit boek, het vervolg op *Het doet pijn te beseffen hoe het verder gaat* (2011) schrijft ze over hoe haar leven in het verpleeghuis verloopt. Ze beschrijft medebewoners, wat muziek voor haar betekent en licht andere activiteiten toe die ze onderneemt.

Ook haar voornemen om te sterven via euthanasie komt aan bod. Daarbij speelde een rol dat ook de moeder van Gerda Arkesteijn jong dementerend was. Aan het eind van het boek staan enige stukjes van personen uit haar omgeving die toelichten hoe zij met Gerda leven en haar zagen worstelen. Ook enige teksten van door haar gemaakte liederen zijn in het boek opgenomen. Gerda Arkesteijn stierf op 5 november 2013. Een tweede ontroerend, dapper, oprecht boek van 203 pagina's.

### **Over de schrijfster:**

Gerda Arkesteijn was getrouwd met Bert en heeft uit een vorig huwelijk een dochter en een zoon. Gerda werkte als verzorgende. Ze kreeg op 50 jarige leeftijd de diagnose Alzheimer. Ze begon met het schrijven van een gedicht dat velen wisten te waarderen. Het motiveerde haar tot het schrijven van haar eerste boek. Gerda hoopte met deze boeken meer aandacht te vragen voor jong dementerenden. Daarnaast hield zij veel van muziek en heeft zij een aantal liederen op cd gezet. Gerda Arkesteijn is op 5 november overleden. Zie ook:

<https://www.facebook.com/AandachtVoorJongeMensenMetDementie>

### **Korte Beschrijving:**

Nadat er in 2010 bij Gerda Arkesteijn de ziekte Alzheimer werd gediagnostiseerd heeft zij haar belevingswereld beschreven in haar eerste boek: *Het doet pijn te beseffen hoe het verder gaat* (bespreking op de site).

In dit boek, gaat Gerda in op haar leven in het verpleeghuis. Waarom zij daar is gaan wonen, hoe zij meeleefde met medebewoners plezier met ze had en soms ook last van ze had. Ze zag mensen achteruitgaan: maatjes stierven, verloren contact met de werkelijkheid, werden soms angstig en waren radeloos, het licht in de ogen doofde. Gerda kon ze soms rustiger krijgen, en was daar blij mee. Bij haar zelf hielp muziek en het schrijven van dit boek, hoewel dat laatste steeds moeilijker werd.

Ze beschrijft ook hoe ze merkte dat ze langzaam maar zeker achteruitging, dat ze zich voorbereidde op afscheid nemen van haar geliefden, bijvoorbeeld herinneringskisten voor haar kinderen maakten. Ze besloot haar euthanasie wens te activeren omdat het anders te laat zou zijn, ze wilsonbekwaam werd en niet meer zou kunnen aangeven dat zij dit zelf wilde. Ze wilde alleen dit boek nog afmaken. Dat is haar gelukt.

### **Wat viel op:**

-Gerda schreef van binnen uit hoe het was om te leven in een verpleeghuis als jong dementerende. Dat gaat van verslagen over leuke/mooie uitstapjes, goede dagen en verschillende contacten met bewoner tot zelf 'de weg kwijt raken', wat er dan gebeurde. Dat ze dan een kort lontje had, agressief kon zijn, boos was op de mensen

die haar tegen hielden, onrustig werd.

-Hoe erg ze het vond dat ze niet zomaar even naar buiten kon, ook al begreep ze dat het voor haar bestwil was.

-En hoezeer ze leed onder het achter uitgaan, om meerdere redenen. Dat deed ze allemaal oprecht en open, met veel liefde voor de mensen om haar heen.

### **Citaten:**

Pag.27: 'Dat betekent dat ik onrustig word, waardoor ik rond loop te dwalen, niet wetend waar ik dan ben op zo moment. Achteraf besef ik dan, dat het verschrikkelijk moet zijn voor mijn man en kinderen. Om de kleinste dingen kan mijn gedrag daardoor veranderen. Ik verlies de controle over mezelf en het dringt niet tot mij door wat de gevolgen kunnen zijn.'

Pag.54: 'Er zijn meer dagen of weken dat het niet goed met me gaat. Dagen dat ik me eenzaam voel, dagen dat ik me afvraag "waarom zie ik toch niemand, behalve mijn man en kinderen en schoonzus". Er komen ook steeds meer dagen dat ik eigenlijk niet meer weet wat ik doe, dat ik agressiever word, en dagen dat ik de afspraken niet meer kan onthouden.'

Pag.61-62: 'Er zijn mensen die een ander gedrag gaan vertonen, puur uit onmacht omdat ze zich verbaal niet kunnen uiten. (...) In de avond raag ik meestal een groen vest, en als ik dan voorbij haar kamer loop hoor ik haar roepen: "hai lieverd, kom even lieverd", (...)Het contact tussen ons is er altijd geweest en juist nu, hoe moeilijk het ook is om geconfronteerd te worden met misschien wel mijn toekomst, wil ik dat contact in stand houden ondanks mijn eigen verdriet.'

Pag.131: 'Waar moet je tegen vechten als er geen hoop meer voor mij bestaat? Het is ook moeilijk om de zorg te aanvaarden omdat ik als verzorgende veel hoor en zie.'

Pag.164: 'Muziek heeft een zeer positief effect op mensen. Het geeft rust, zelfvertrouwen en het maakt mensen blij! Ik ervaar dat ook zo en ik zie het hier bij de mensen in ons huis.'

### **Recensie/Extra:**

<https://www.facebook.com/AandachtVoorJongeMensenMetDementie>

<http://www.youtube.com/watch?v=-9yDMiNBL1Y>