

Recensente : Gonny Ten Haaft

**Annegreet van Bergen: ‘Mijn moeder wilde dood.’** Een persoonlijk en praktisch verhaal over zelfbeschikking. Uitgeverij Atlas, Amsterdam 2010. ISBN 9789045016948 (Ouderenzorg/ Zelfdoding/PO/1) zie ook [www.uitgeverijatlas.nl](http://www.uitgeverijatlas.nl)

**Soort boek/stijl/ziekte:** ervaringsverhaal van Annegreet van Bergen die haar moeder helpt te sterven. Maar het is veel meer: het boek geeft ook praktische adviezen over verschillende manieren om te sterven voor ouderen die hun leven ‘voltooid’ achten. Steeds ook met voorbeelden en de achtergronden daarvan. De ondertitel vat dit goed samen: ‘Een persoonlijk en praktisch verhaal over zelfbeschikking’.

**Over de schrijfster:** Annegreet van Bergen (1954) werkt sinds 1982 als journalist. Ze schreef voor de Volkskrant en Elsevier. In 2000 verscheen haar bestseller De lessen van burn-out, waarin ze eveneens haar persoonlijke ervaringen combineert met praktische adviezen.

**Korte beschrijving:** Annegreet van Bergen vertelt hoe haar 85-jarige moeder onverwacht alleen kwam te staan. Ze had al veel kwalen en gaf op een gegeven ogenblik aan niet langer meer te willen leven. Voor Annegreet van Bergen werd dit steeds meer invoelbaar. Maar hoe kan je als 85-jarige doodgaan als je denkt dat euthanasie geen mogelijkheid is? De schrijfster laat alle dilemma’s zien die op haar afkwamen. Na veel wikken en wegen besloot ze haar moeder te helpen, maar hoe? Ze beschrijft haar zoektocht en doet gedetailleerd verslag van de keuze die haar moeder uiteindelijk heeft gemaakt, namelijk stoppen met eten en drinken. Vervolgens beschrijft ze hoe dat gegaan is en hoe ze daar op terugkijkt. In de daarop volgende hoofdstukken beschrijft ze ook andere opties voor deze ouderen: behandelverbod, palliatieve sedatie, euthanasie en doktershulp bij zelfdoding, doktershulp bij zelfdoding bij dementie en medicijnmethode. Het boek wordt besloten met een discussiehoofdstuk, waarin de schrijfster reflecteert op alles wat er met haar en haar moeder is gebeurd en dieper ingaat op alle geschetste manieren van levensbeëindiging en het debat dat daarover in Nederland plaatsvindt. Door veel voorbeelden en prettige stijl is het een goed leesbaar boek over een ingewikkeld en gevoelig onderwerp.

**Wat viel op:** Het boek laat zien hoe weinig kennis mensen hebben over mogelijkheden die er in de laatste levensfase bestaan als je echt niet langer meer wilt leven. Niet alleen deze ouderen zelf en hun naasten weten hier weinig over, maar ook hulpverleners. Zo heeft de schrijfster de huisarts van haar moeder moeten informeren over haar verantwoordelijkheid als arts in de begeleiding van iemand die stopt met eten en drinken. De schrijfster had deze informatie zelf gevonden in een proefschrift van ouderenpsychiater Chabot. Terugblikkend stelt Annegreet van Bergen vast dat ze destijds dachten dat haar moeder niet voor euthanasie in aanmerking zou komen, maar achteraf was dat waarschijnlijk toch niet zo en zou euthanasie wel een optie zijn geweest. In een slothoofdstuk beschrijft Annegreet van Bergen welke keuzes zij en haar moeder waarschijnlijk zouden hebben gemaakt als ze destijds wisten wat Annegreet van Bergen nu weet. Dat waren andere keuzes..... Het discussiehoofdstuk is een mooie afronding van alle informatie die de lezer in de voorgaande hoofdstukken gekregen heeft. Ze gaat uitvoerig in op het moeilijke begrip ‘voltooid leven’ en de eveneens moeilijke begrippen als klaar met leven, lijden aan het

leven, het leven moe, e.d. Als alternatief noemt ze het voortdurend inleveren syndroom. „Hiermee doe je meer recht aan de harde werkelijkheid van permanente achteruitgang. Tegelijkertijd maak je ermee duidelijk dat het om drie dingen gaat: 1) ‘syndroom’ betekent letterlijk samenloop, er is sprake van een opeenstapeling van symptomen. 2) ‘inleveren’ heeft betrekking op verlies van wat ooit waardevol was: lichamelijke functies, dierbaren, sociale betrekkingen. 3) Met ‘voortdurend’ wordt aangegeven dat het verlies blijvend is; er komen niet of nauwelijks waardevolle dingen voor in de plaats.

Dit is een goede omschrijving en hieruit blijkt de kracht van het boek. Het maakt duidelijk hoe moeilijk de laatste levensfase voor deze ouderen kan zijn en hoe moeilijk daarmee ook de dilemma’s: voor de ouderen zelf, hun naasten en hun hulpverleners.

**Citaten:** Pag. 52. „Mijn moeder wilde dood. Maar het liefst met zo min mogelijk pijn. Dus met ‘een pilletje’. Ze had daar, als jarenlang NVVE-lid, ook altijd min of meer op gerekend. Mijn moeder kennende, zag ze er waarschijnlijk vooral tegen op om een probleem dat ze niet in één oogopslag kon overzien, systematisch te lijf te gaan.”

Pag. 55 „Ze werd steeds brozer. Alsof ze nog maar één duwtje nodig had. Als ik naar beneden kwam en zag dat ze nog niet dood was, vond ik dat bijna jammer. Een zus had iets dergelijks. Zij had nauwelijks de neiging kunnen bedwingen om haar tot stikkens toe een kussen op het hoofd te drukken. “

Pag. 59. „Op de vraag van mijn moeder of haar een lijdensweg te wachten stond, antwoordde de dokter: “het kost tijd. Hoe minder u drinkt, des te sneller het gaat. Ik zal royaal zijn met veraangenamende middelen. Maar ú moet het doen.’ Op mijn verzoek schreef ze ook slaappillen voor. Volgens mijn moeder de eerste van haar leven.”

Pag. 216 „Wanneer een naaste dood wil, worden er emotionele salto’s van je gevraagd. Je zegt niet: ‘Goed, ga jij maar dood’. Maar ook niet: ‘Blijf, al was het alleen voor mij’.

Pag. 234 „Na ruim twee jaar denken en schrijven over de zelfgekozen dood, schuif ik de gedachte aan mijn eigen dood niet meer helemaal voor me uit. Je weet immers nooit hoe het lot zich plotseling tegen je kan keren. Daarom heb ik, ook al is het allerm minst actueel, nu al een aantal dingen gedaan waarvan ik hoop dat ze uitzichtloos lijden of een akelig sterfbed kunnen voorkomen.”

**Recensies/reacties:** Het boek kreeg veel aandacht in de publieksmedia en in de vakmedia. Zie op de site van de uitgeverij,

[http://www.uitgeverijatlas.nl/result\\_titel\\_pers.asp?id=2957](http://www.uitgeverijatlas.nl/result_titel_pers.asp?id=2957)

Daar staat onder andere: 'Het verhaal zet waarheidsgetrouw de vastberadenheid van de oude vrouw en haar vier meelevende dochters tegenover de traagheid en het gestuntel van de betrokken professionals. Om vervolgens het eigentijdse drama van het almaar ouder moeten worden zonder recht te hebben op een waardig zelfgekozen einde, op voortreffelijke journalistieke wijze breder uit te werken. Een belangrijk boek.' - José van der Sman in *Elsevier*

‘Een nuttige uitburgeringscursus voor leken.’ - Anke Manschot in *Opzij*

‘Persoonlijk, verhelderend en inzichtelijk.’ - Sytkse van Aalsum in *Trouw*.

'Behalve een nuttige gids voor mensen die met dezelfde vragen worstelen als Annegreet van Bergen, is *Mijn moeder wilde dood* ook een indringend en openhartig persoonlijk verslag.' - Suzanne Weusten in *Skipr*