

Is dit zelfdoding of euthanasie?

Nee, het overlijden na het bewust afzien van eten en drinken is een natuurlijke dood. Het is geen niet-natuurlijke dood zoals zelfdoding of euthanasie.

Wanneer wordt het afgeraden om te stoppen met eten en drinken?

Het bespoedigen van het levenseinde door af te zien van eten en drinken wordt afgeraden voor mensen die jonger zijn dan 60 jaar en geen levensbedreigende ziekte hebben, omdat dan dorst en andere symptomen vaak meer aanwezig zijn.

Wat betekent het bewust afzien van eten en drinken voor uw familie en naastbetrokkenen?

Uw familie en andere naasten kunnen aan uw welzijn bijdragen, door bijvoorbeeld uw lippen in te vetten of uw mond te bevochtigen. Zij kunnen misschien zorgen voor rustige muziek en aangename geuren, of bijdragen aan ontspanning door het masseren van uw handen. In het hospice zijn oliën aanwezig voor deze aanvullende zorg. Verder kan het voor uw familie een tijd zijn om met elkaar afscheid van u te nemen. Vaak gebruiken mensen de tijd om elkaar verhalen te vertellen, waarbij er gehuild maar ook gelachen wordt. Nadenken over praktische zaken die geregeld moeten worden kan nu ook op een rustige manier gebeuren.

Eventueel kan er een beroep gedaan worden op de geestelijke verzorger om u te ondersteunen bij het nadenken over het afscheid.

Vragen?

Heeft u nog vragen? Blijf daar dan niet mee zitten! Bespreek ze met de arts en/of de verpleging.

* Meer informatie over een delier vindt u in onze folder *Delier*.



Hospice De Duinsche Hoeve

Colofon

Uitgave: Hospice de Duinsche Hoeve
Vliertwijksestraat 65, 5244 NH Rosmalen
T 073-521888 |
F 073-5236554
www.hospicededuinschehoeve.nl

Uitgave: 1e druk 2015

Bronnen: - KNMG handreiking 'Zorg voor mensen die bewust afzien van eten en drinken om het levenseinde te bespoedigen'. 2015
- Uitweg, een waardig levenseinde in eigen hand. B. Chabot. 2012.

Bewust afzien
van eten en drinken
om het levenseinde te bespoedigen

Bewust afzien van eten en drinken

Het bewust afzien van eten en drinken om het levenseinde te bespoedigen kan een keuze zijn die bij u past. Het is een bewuste keuze, om zo de regie over uw levenseinde in eigen hand te houden. De uitvoering vergt van u wel doorzettingsvermogen.

Wij vinden het belangrijk om u goed te informeren over dit onderwerp. Onze ervaring in het hospice is dat het bewust afzien van eten en drinken om het levenseinde te bespoedigen tot een "zacht" sterfbed kan leiden.

Wat kunt u verwachten als u bewust stopt met eten en drinken?

Uw hongergevoel verdwijnt na enkele dagen (mits er niet gegeten wordt). Vaak ontstaat er geen dorstgevoel. Goede verzorging van de mond (mond vochtig houden, lippen invetten) is hierbij belangrijk. U zult vermoeider en zwakker worden. U zult – als u dat al niet deed – veel tijd in bed doorbrengen. Uiteindelijk zult u niet meer uit bed kunnen komen. U wordt langzaam slaperiger en u verliest uiteindelijk uw bewustzijn.

Hoe verloopt het?

Het eten kan in veel gevallen snel of zelfs direct worden gestopt. Het hongergevoel (voor zover aanwezig) verdwijnt in het algemeen binnen enkele dagen. Voor stoppen met drinken bestaat geen algemeen advies. Sommige mensen willen van de ene op de andere dag abrupt stoppen met drinken. Anderen geven er de voorkeur aan dit geleidelijk te doen.

De periode daarna kan verschillend verlopen en duurt vaak niet langer dan 1-2 weken. Soms ontstaan er pijnklachten, als gevolg van uw constante verblijf in bed. Deze pijnklachten worden behandeld met pijnstilling. Ook kan een delier* optreden, waarbij u verward kunt raken. Het is daarom belangrijk dat uw naasten, de arts en de verpleging op de hoogte zijn van uw wensen mocht u door uw verwardheid toch om eten of drinken vragen.

De laatste fase verschilt weinig van de stervensfase van mensen die overlijden door een ernstige ziekte. Wij verwijzen u graag naar onze folder over de stervensfase.

Hoe lang duurt het proces?

Hoe lang het duurt voordat u zult overlijden hangt af van uw lichamelijke toestand en van de hoeveelheid die u mogelijk nog drinkt. De helft van de mensen overlijdt binnen 13 dagen na het stoppen met eten en drinken. U heeft zelf ook enige invloed op de tijdsduur. Als u besluit om toch iets te drinken (meer dan een half kopje per dag), dan kan hiermee het proces vertraagd worden en de periode tot overlijden enkele weken tot maanden duren.

Wat doe ik met mijn medicijnen?

In overleg met u, zal de arts alleen nog medicijnen voorschrijven die uw klachten verlichten. Deze medicijnen worden gegeven in een vorm zodat u ze niet hoeft te slikken (bijvoorbeeld zepillen, pleisters of injecties).

Wie beslist er over het afzien van eten en drinken?

U bent de enige die dit besluit kan nemen. Als uw besluit genomen is, mag u ook altijd zelf weer terugkomen op uw besluit. Dit gebeurt in de praktijk bij 1 op de 6 mensen. Indien u wenst terug te komen op uw besluit zal dit altijd gerespecteerd worden, mits u dit weloverwogen, en niet vanuit verwardheid aangeeft.

Het is belangrijk dat u uw wensen bespreekt met uw naasten, de arts en de verpleging, mocht u zelf niet meer in staat zijn deze te verwoorden. Deze wensen zullen wij vastleggen in uw zorgplan. Ook kunt u deze wensen verwoorden in een wilsverklaring. De arts kan u bij het opstellen van zo'n wilsverklaring helpen.

Indien u aangeeft geen hulp te willen in de vorm van het toedienen van vocht of voeding, dan mag de arts, verpleegkundige of vrijwilliger dit ook niet geven. Ook niet als anderen, bijvoorbeeld uw naasten, hierom vragen.

