



# Voorbeeldteksten persoonlijke aanvulling wilsverklaringen

Versie oktober 2020

In dit document staan voorbeeldteksten die ter inspiratie kunnen worden gebruikt bij het formuleren van uw persoonlijke aanvulling op het behandelverbod of euthanasieverzoek. De voorbeeldteksten zijn een uitwerking van de informatie die u kunt lezen in de NVVE-brochure *Toelichting bij de drie Wilsverklaringen*.

U hoeft zelf geen perfecte juridisch sluitende tekst te formuleren. De voorgedrukte tekst op de wilsverklaringen is daarvoor voldoende. Een persoonlijke aanvulling maakt uw tekst juist persoonlijker en daarmee meer overtuigend. Hoe persoonlijker, hoe beter. Gebruik daarbij zoveel mogelijk de taal die bij u past, zonder onnodig plechtige zinnen. We hopen dat onderstaande teksten u inspiratie kunnen geven. Het letterlijk overschrijven van onderstaande voorbeeldteksten raden we af. Het gaat om uw wensen in uw woorden. U kunt de tekst typen of schrijven, daarin wordt geen onderscheid gemaakt. Houd het beknopt, bijvoorbeeld maximaal 1 A4tje.

## Inhoud

1. Algemene tips
2. Voorbeeldteksten voor de persoonlijke aanvulling in het euthanasieverzoek
3. Voorbeeldteksten voor de persoonlijke aanvulling in het euthanasieverzoek bij dementie
4. Voorbeeldteksten voor de persoonlijke aanvulling in het behandelverbod.



## Algemene tips

### **Bespreek uw opgestelde wilsverklaringen altijd met uw arts**

Met het opstellen van de wilsverklaringen doet u belangrijk voorbereidend werk. Daarna is het belangrijk dat u de wilsverklaringen met uw huisarts bespreekt. Zo weten jullie wat u van elkaar kunt verwachten. Houdt ook uw naaste en gevolmachtigde ook betrokken, zodat ze op de hoogte zijn van uw wensen.

### **Begin uw persoonlijke aanvulling met een inleiding**

Voorbeeld

*Met dit document leg ik vast wat mijn overwegingen zijn bij mijn wilsverklaringen. Aangezien ik een groot risico loop op (naam van een ziekte) wil ik graag dat iedereen op de hoogte is van mijn wensen.*

### **Beschrijf uw levensverhaal**

U kunt het opbouwen als: wie was ik, hoe was mijn leven, wie ben ik nu, hoe ga ik worden, wanneer is het genoeg geweest? Gebruik daarbij voorbeelden uit uw omgeving. Wat heeft u meegemaakt bij ziekte of overlijden van anderen? Wilt u dat ook op die manier? Of juist absoluut niet?

Voorbeeld

*Ik heb geen geloof en ben ervan overtuigd dat er na mijn aardse leven geen nieuwe ervaringen meer zullen zijn. Ik heb geleefd met ups en downs, zoals zoveel mensen. Mijn leven heeft voor mij zin gehad. Ik ben er best tevreden over hoe mijn leven is verlopen, maar ik ben er niet meer bijzonder aan gehecht. Door toename van beperkingen en afhankelijkheid door de stapeling van ouderdomsaandoeningen zie ik nog weinig perspectief op een waardevolle en zinvolle voortzetting en ervaar ik mijn lijden inmiddels als ondraaglijk en uitzichtloos. Ik zou graag willen sterven.*

### **Formuleer zo positief mogelijk**

Beschrijf wat het leven voor u de moeite waard maakt en waarom u dat nu niet zou willen missen. Geef aan wanneer u het leven niet meer de moeite waard vindt.

Voorbeeld

*Ik lees nog steeds de krant en goede literatuur, ik beluister met veel plezier mijn muziek. Ik ga nog mee met uitstapjes van de Zonnebloem. Ik doe wekelijks mijn inkopen en boodschappen. Ik ontvang familie en vrienden en nodig hen uit om samen te eten in het restaurant van het verzorgingshuis. Mijn lijf begint de sporen van langdurig gebruik te vertonen. Mijn gehoor gaat achteruit. Sinds ik gevallen ben, kan ik niet meer schrijven. Allemaal lastig, maar geen reden om te klagen. Want ondanks deze gebreken kan ik nog genieten. Als bij mijn slechte gehoor ook mijn gezichtsvermogen achteruitgaat, zou ik opgesloten raken in een mij onbekende wereld. Dat vind ik een vreselijk vooruitzicht. Dat zou voor mij ondraaglijk lijden betekenen.*

Voorbeeld

*Als (...) dan verliest het leven voor mij zin. In dat soort gevallen hoop ik dat mijn arts en andere hulpverleners mij niet dwingen tot verder leven, maar mij een waardige en zachte dood gunnen.*



## Gebruik eventueel de vorm van een brief aan uw arts

### Voorbeeld

*Beste dokter,*

*Dit verzoek schrijf ik na het gesprek dat wij hadden op (datum). Daarin vroeg ik uw standpunt over euthanasie. Ik was opgelucht toen u zei dat dit onderwerp bespreekbaar is. We hebben afgesproken dat ik mijn opvattingen op papier zou zetten. Ik heb dit samen met mijn (partner/kinderen) gedaan. Zij zijn goed op de hoogte van mijn wensen rond het levenseinde en ik vertrouw erop dat zij mij indien nodig goed zullen vertegenwoordigen. Een andere reden voor deze brief is dat volgens de euthanasiewet een schriftelijk verzoek het mondelinge verzoek kan vervangen als ik door welke reden dan ook niet meer in staat ben om het mondeling duidelijk te maken.*



## Het euthanasieverzoek

Schrijf in de persoonlijke aanvulling in het *euthanasieverzoek* wat voor u ondraaglijk lijden betekent.

### **Koppel uw euthanasieverzoek aan uw visie op ondraaglijk lijden**

Ondraaglijk lijden is voor iedereen anders. De ene persoon lijdt ondraaglijk bij toenemende afhankelijkheid, de andere persoon lijdt ondraaglijk omdat ze niet meer kan zien en horen. In de persoonlijke aanvulling in het euthanasieverzoek is het belangrijk te beschrijven wat ú als ondraaglijk ervaart of zult ervaren.

#### Voorbeeld

*Ik heb te maken met toename van allerlei beperkingen. Ik ben zo oud geworden dat mijn lichaam niet meer mee kan komen. Ik word voortdurend geconfronteerd met mijn beperkingen. Het is alle dagen tobben met de mogelijkheden of onmogelijkheden. Ik ben steeds minder mobiel, ik zie slecht, ik raak geïsoleerd, ik heb overal hulp bij nodig en ik ben elke dag bij het wakker worden alweer doodmoe. Ik ervaar deze situatie als ondraaglijk.*

#### Voorbeeld

*Ik heb bij mijn vader gezien wat de gevolgen van een hersenbloeding kunnen zijn. Totale afhankelijkheid, immobiel, karakterveranderingen, onpeilbaar verdriet en angst. Als ik ook een hersenbloeding zou krijgen zie ik dat als ondraaglijk lijden en als na een periode van herstel en revalidatie zal blijken dat ik niet meer op een aanvaardbare manier kan functioneren dan vraag ik mijn dokter mij euthanasie te verlenen. Ik zou het onaanvaardbaar vinden als ik afhankelijk ben geworden van zorg, me niet meer kan uitdrukken en/of immobiel ben geworden.*

### **Maak duidelijk dat u weet dat u geen euthanasie kunt eisen**

U kunt om euthanasie vragen.

#### Voorbeeld

*Ik realiseer me dat euthanasie geen recht is, maar een verzoek. Voor u als arts is het vast moeilijk om te doen, maar voor mij betekent het heel veel. Ik hoop dat u mij wilt helpen als het zover is, dat geeft me nu een rustig gevoel. Het is voor mij een ondraaglijk vooruitzicht als ik zinloos moet lijden.*

### **Benoem dat uw wens niets te maken heeft met slechte zorg**

Maar benadruk dat het gaat om het vermijden van bijvoorbeeld afhankelijkheid of ontluistering.

#### Voorbeeld

*In ons gesprek zei u dat verpleeghuizen tegenwoordig niet meer zo erg zijn als vroeger. Dat geloof ik graag. Ik vertrouw erop dat het personeel gemotiveerd is en dat daar een goede verzorging is. Mijn probleem is niet dat ik bang ben voor een slechte verzorging. Ik vrees de afhankelijkheid van anderen. Mijn hele leven heb ik zelf kunnen beslissen over de kleine en grote dingen in het leven. De gedachte dat anderen mij (goedbedoeld) dingen opdringen die ik niet wil, is voor mij ondraaglijk.*

### **Overleg met de arts over de termijn**

Maak afspraken over de termijn waarop het verzoek wordt herbevestigd of noem een termijn waarop u euthanasie zou willen.

#### Voorbeeld



*Ruim een jaar twijfel ik, maar nu wordt het serieus: ik hoop vóór de winter te overlijden. Mijn wens is weloverwogen. Ik besprak het vaak met mijn huisarts en de specialist. Ik hoop mijn leven waardig te kunnen eindigen en hoop eerst afscheid te kunnen nemen van de mensen die mij dierbaar zijn. Mijn uitvaart is geregeld. Het is voor mij ondraaglijk als ik verder aftakel en nog afhankelijker word.*

### **Maak duidelijk dat de stapeling van ouderdomsklachten de oorzaak is dat u ondraaglijk lijdt**

#### **Voorbeeld**

*Ik ben altijd ongehuwd geweest, heb altijd beslissingen voor mijzelf moeten nemen. Ik wil absoluut niet afhankelijk worden van anderen. Ik word steeds afhankelijker van anderen. Ik hield er altijd zo van mijn eigen huishouden zelf te regelen. Ik kan nu niks meer zelf. Ik heb overal hulp bij nodig. Ik wil niet nog meer hulp vragen. Het gaat echt niet meer. Ik kan allerlei dingen niet meer. Van kop tot teen heb ik verschillende kwalen:*

- *Ik kan niet meer horen*
- *Ik kan steeds slechter zien, ik heb maculadegeneratie*
- *Ik ben altijd moe*
- *Ik heb altijd jeuk*
- *Ik heb last van incontinentie*
- *Ik ben steeds minder mobiel, nu ik bijna rolstoelafhankelijk word is het voor mij echt te ver*
- *Ik kan niet meer zelfstandig boodschappen doen*
- *Ik heb in de psychogeriatric gewerkt en veel gezien. Ook bij mijn eigen vader. Nu ik zelf bijna in een verpleeghuis opgenomen moet worden vind ik dat niet acceptabel.*

### **Beschrijf wat u ondraaglijk vindt en waarom**

#### **Voorbeeld**

*Ik heb het altijd belangrijk gevonden om mijn eigen beslissingen te nemen en ik wil niet dat anderen voor mij beslissen. Ondraaglijk lijden betekent voor mij: dat ik niet meer voor mezelf kan zorgen (bijvoorbeeld alleen met hulp van anderen onder de douche kan) en niet meer zelfstandig kan zijn.*

#### **Voorbeeld**

*Ik heb altijd zelf de regie over mijn eigen leven gevoerd. Mijn leven lang gewerkt, altijd gerookt, dag en nacht. Mijn vader was bouwvakker en gestorven aan longkanker. Bang om naar de dokter te gaan. Ik heb dat allemaal gezien en weet wat me te wachten staat. Plus, ik woon alleen. Kan dus zelf beslissen of het genoeg is. Voor mij is het genoeg als ik niet meer voor mijzelf kan zorgen. Dan lijd ik ondraaglijk. Of als ik de diagnose longkanker krijg, dan weet ik op basis van ervaring dat dat ondraaglijk lijden wordt. Of als ik het zo benauwd krijg dat ik het gevoel heb te stikken, dan hoeft het van mij niet meer.*

#### **Voorbeeld**

*Ik ben een man die altijd zijn eigen weg is gegaan en altijd onafhankelijk mijn keuzen heb gemaakt. Trompet spelen is voor mij erg belangrijk. Als ik bijvoorbeeld longkanker krijg dan wil ik niet stikken en/of door kortademigheid aan de zuurstof komen te liggen, dat wil ik te allen tijde voor zijn. Als ik extreem vermoeid ben en bedlegerig word dan is het voor mij ondraaglijk lijden en wil ik euthanasie. Ook als ik voor alle dagelijkse handelingen afhankelijk word van derden en/of de eigen regie verlies is dat voor mij ondraaglijk lijden.*



## Het euthanasieverzoek bij dementie

U kunt een schriftelijk euthanasieverzoek opstellen omdat u zorgen hebt over dementie. De kans bestaat dat u bij dementie wilsonbekwaam wordt. U kunt het euthanasieverzoek dan misschien op dat moment niet meer mondeling bevestigen of toelichten. De arts kan dan de persoonlijke aanvulling gebruiken om te beoordelen of er op dat moment sprake is van lijden en wat het juiste moment is voor euthanasie. Als u nog wel in staat bent uw verzoek op het moment zelf te bevestigen of toe te lichten, kan uw wilsverklaring uw mondelinge toelichting onderstrepen en bevestigen.

### Let erop dat omschrijvingen voor meerdere uitleg vatbaar kunnen zijn

Bijvoorbeeld '...als ik mijn kinderen niet meer herken' kan op meerdere manieren worden uitgelegd: familieleden komen u bekend voor, maar u ziet bijvoorbeeld uw zoon voor uw broer aan. Of u weet dat iemand familie is, maar u weet zijn naam niet meer. Waar ligt de grens? Een ander voorbeeld is: 'ik wil niet meer leven als ik een zombie ben.' Een arts kan een heel ander beeld hebben bij het woord 'zombie' dan u. Probeer zo concreet mogelijk te formuleren.

#### Voorbeeld

*Ik vraag om euthanasie wanneer ik onrustig door de gangen loop te dwalen en ik me niet meer veilig lijk te voelen als mijn dierbaren proberen me op mijn gemak te stellen. Eigenlijk hoop ik dat het nooit zo ver hoeft te komen en dat mij vóór die tijd al een waardige dood is gegund.*

#### Voorbeeld

*Ik vind de gedachte vreselijk dat iedereen denkt dat ik gelukkig ben als ik met een knuffel op schoot zit te glunderen of als ik blij lijk te zijn met een Cliniclown. Dit is zó tegen mijn natuur, dat ik niet wil dat anderen zich mij op die manier herinneren.*

#### Voorbeeld

*De gedachte dat ik kwijlend in een stoel hang, in mijn ontlasting zit of dat anderen mijn kleding voor mij moeten uitzoeken, is voor mij ondraaglijk.*

#### Voorbeeld

*Lijden is voor mij als ik de regie verlies, bijvoorbeeld als iemand anders mijn dag gaat indelen. Als ik net zo dement word als mijn moeder. Of bij decorumverlies (onverzorgd, kwijlend in een stoel, ongepast gedrag), aftakeling, afhankelijkheid. Niet meer mijn hobby's kunnen uitvoeren, zoals tuinieren, wat kan er dan nog. Geen gesprekspartner meer kunnen zijn. Geen vader meer kunnen zijn – kinderen adviseren en steunen. Weten wat je wil zeggen maar niet de woorden daarvoor kunnen vinden. Mijn rol binnen de familie kwijtraken.*

#### Voorbeeld

*Ik heb mijn hele leven mijn eigen beslissingen genomen, dus als ik de regie dreig te verliezen dan wil ik al spreken over het levenseinde en euthanasie. Als ik er zelf niet over begin hoop ik dat u mij helpt herinneren. Ik heb het meegemaakt met mijn moeder, hoe ze aftakelde en bang was – dat wil ik niet meemaken.*

### Euthanasie bij dementie is beter haalbaar als u er tijdig om vraagt

Dus liever: ik hoop dat ik om euthanasie kan vragen voordat... in plaats van: ik wil euthanasie als...

#### Voorbeeld

*Ik wil graag hulp bij zelfdoding of euthanasie...*



- *Voordat ik het stadium bereik dat ik het leven niet meer bewust kan waarnemen en kan meebelevan en daarbij niet meer met mijn naasten kan communiceren en/of*
- *Voordat ik het stadium bereik dat ik de controle over mijn leven kwijt ben, waardoor ik niet meer in staat ben mijzelf te onderhouden en te verzorgen, mijn huishouden niet meer zelfstandig kan voeren en in toenemende mate afhankelijk word van anderen en/of*
- *Voordat ik het stadium bereik dat ik dusdanig aftakel door toenemende dementie en daardoor incontinent word, ga kwijlen, agressief, onredelijk of eigenwijs word of op andere manier langzaam van karakter verander.*

*Ik wil eventuele ontwikkelingen naar de hiervoor beschreven situaties regelmatig met mijn (huis-)arts en mijn wettelijk vertegenwoordigers bespreken en samen met hen een beslissing nemen over tijd, plaats en wijze van mijn levensbeëindiging.*

Wees u ervan bewust dat deze persoonlijke tekst in uw wilsverklaring vooral van toepassing is in de situatie dat u nog wilsbekwaam bent en dan dient als versterking van uw mondelinge verzoek. Als u er rekening mee wilt houden dat u misschien niet meer op tijd uw euthanasieverzoek mondeling kunt doen kunt u uw tekst aanvullen met:

*Als ik niet meer in staat ben om de euthanasie met mijn huisarts gezamenlijk te plannen en toch in een situatie ben gekomen van ondraaglijk lijden dan hoop ik dat mijn arts in de intentie van mijn verzoek wil handelen: ik hoop dat mijn arts dan euthanasie wil verlenen als ik ondraaglijk lijd. Bijvoorbeeld bij aanhoudend verdriet, angst of onrust.*

#### Voorbeeld

*Liever verkies ik in dergelijke omstandigheden de dood dan dat anderen, hoe goed bedoeld ook, bepalen hoe ik verder moet leven en het tijdstip van mijn overlijden door het toeval laten bepalen.*

#### **Laat merken dat u weet dat u uw wilsbekwaamheid en beslisvaardigheid kunt verliezen**

#### Voorbeeld

*Ik beseft dat in geval van dementie mijn ziekte-inzicht steeds meer beperkt wordt en dat ik zelfs wilsbekwaam kan worden. Ik realiseer mij ook dat het dan voor een arts moeilijk is om euthanasie te verlenen. Toch hoop ik dat een arts moedig genoeg zal zijn om dit te doen en dat hij erop vertrouwt dat dit overeenkomstig mijn wil is, ook al kan ik die op dat moment niet meer uiten. Als ik niet consistent ben en het ene moment zeg dat ik dood wil en later dat ik juist wil blijven leven, dan hoop ik dat de arts en mijn naasten beseffen dat dit bij het ziektebeeld hoort en dat mijn doodswens de doorslag geeft. Dit document vervangt dan het mondelinge euthanasieverzoek.*

*In het geval een arts niet bereid is tot euthanasie zodra ik niet meer wilsbekwaam en consistent ben, maar hij dat wel wil doen in een eerdere fase, dan hoop ik dat mijn naasten en mijn huisarts bereid zijn mij er tijdig op te wijzen dat ik het inzicht in mijn eigen situatie dreig kwijt te raken. Daarmee heb ik de kans om tijdig zelf om euthanasie te vragen ofwel mijn eerdere verzoek te bevestigen.*

#### **Laat blijken dat u weet dat de uitvoering van een euthanasieverzoek niet altijd voor de hand ligt**

#### Voorbeeld

*Ik ben mij ervan bewust dat als mijn dementie vergevorderd is, ik niet meer begrijp wat er met mij gebeurt. Als dit de uitvoering van de euthanasie moeilijker maakt, dan geef ik bij deze op voorhand*



*toestemming om mij een kalmerend middel toe te dienen, om de door mij zo gewenste euthanasie (beter) te kunnen uitvoeren.*

### **Doe een voorstel aan de arts over het samen toegroeien naar het juiste moment**

#### **Voorbeeld**

*Dokter, het is fijn als u bij mij thuiskomt. Dat vind ik prettig, want thuis kan ik beter vertellen hoe het met me gaat. Ik hoop dat wij elke keer weer een volgende afspraak kunnen maken. Op die manier kunt u mijn lijden goed volgen. Ik verzoek u telkens een aantekening in mijn dossier te maken, zodat voor iedereen duidelijk is dat mijn verzoek om euthanasie al langer leeft en vrijwillig en weloverwogen is.*

### **Beschrijf een combinatie van fysiek lijden en dementie**

#### **Voorbeeld**

*Ik heb een prachtig leven gehad. Maar ik bemerk dat ik steeds verder achteruitga in mijn gezondheid. Ik heb veel pijn, kan steeds slechter zien en horen waardoor het lezen van boeken of het kijken naar mooie documentaires niet meer mogelijk is. Daardoor blijven er steeds minder momenten over die mijn leven de moeite waard maken. Ik merk dat niet alleen mijn gezondheid steeds verder achteruitgaat. Ook mijn denken is niet meer altijd helder. Ik ben bang dat dat steeds verder gaat en dat ik in een situatie kom dat ik steeds minder kan, steeds verder aftakel en op een gegeven moment mijn dierbaren niet meer zal herkennen en de hele dag voor mij uit zit te kijken. Dat is een waar schrikbeeld. Iets wat ik met mijn eigen moeder heb meegemaakt en ik mijzelf en mijn kinderen wil besparen. Ik vind het belangrijk dat ik kan overlijden voordat ik helemaal afhankelijk word en het leven voor mij alle zin verliest. Ik vind het belangrijk dat ik net als mijn man kan overlijden met mijn dierbaren, mijn kinderen en kleinkinderen om mij heen. Dat ik waardig afscheid kan nemen en ook dat zij mooie herinneringen houden aan mijn laatste dagen. Wij hebben het hier eerder samen over gehad en ik heb beloofd mijn gedachten hierover op papier te zetten. Ook voor het geval ik het niet meer zelf kan uiten. Ik denk dat daarvoor nu de tijd gekomen is en ik vertrouw erop dat u met mij deze weg wilt gaan en mij euthanasie wilt verlenen voordat ik het stadium bereik waarop ik niet meer zelfstandig kan wonen en/of niet meer kan communiceren. Wat de dementie betreft heb ik van u begrepen dat er een moment kan komen waarop ik niet meer zelf duidelijk aan kan geven dat ik niet verder wil leven. Ik hoop heel erg dat het niet zo ver zal komen maar ik wil nu duidelijk laten weten dat ook als het wel zo is ik hoop dat u toch bereid bent deze wens die ik nu helder aan kan geven als leidraad zult blijven nemen.*

#### **Voorbeeld**

*Alhoewel ik nu nog zelfstandig in het leven sta ben ik toch bang op die zelfstandigheid in de toekomst te moeten inleveren. Dat is de reden waarom ik nu met wilsverklaringen bezig ben. Ik ben beeldend kunstenaar en als ik mijn creativiteit niet meer kan uiten door mijn kunstuitoefening, zal ik daar ondraaglijk aan lijden. Bv als ik niet meer kan zien, of als ik mijn handen niet meer kan gebruiken. Stel dat ik dementie zou krijgen. Als ik door mijn Dementie niet meer kan schrijven of schilderen dan is dat voor mij ondraaglijk. Mijn vader is ook dementerend geweest en die heb ik zien aftakelen. Dat wil ik niet. Als ik door mijn dementie mijn zelfstandigheid en autonomie zou verliezen dan is dat voor mij ondraaglijk lijden. Ook als ik door 'iets anders' (bv een herseninfarct/trauma) mijn zelfstandigheid zou verliezen dan lijd ik ondraaglijk. Ik moet er niet aan denken dat ik zelf mijn billen niet meer af kan vegen*



## Voorbeeld

*Ik ben een vrouw van 78 jaar en ik heb een aantal klachten die het leven bemoeilijken. Ik ben bang dat deze, gezien mijn leeftijd, alleen maar zullen toenemen. Als deze klachten tezamen voor mij ondraaglijk worden, zou ik graag op een waardige manier willen sterven, al ben ik mij bewust dat het geven van euthanasie voor een arts niet makkelijk is.*

*Wanneer is het leven voor mij ondraaglijk?*

*Ik woon nog zelfstandig en ik kan me aardig redden, maar ik kan me voorstellen dat ik, als de pijntjes pijnen worden, ik niet meer naar muziek kan luisteren, niet meer kan lezen of tv kijken, niet meer kan spreken en/of niet meer zelfstandig naar buiten kan gaan, het leven voor mij niet meer de moeite waard is. Graag wil ik de regie over mijn eigen leven blijven houden en niet te afhankelijk worden van anderen. Ik kan uiteraard niet helemaal voorzien wat er voor mij nog meer ondraaglijk zal worden. Ik hoop hierover regelmatig met mijn huisarts te kunnen spreken.*

*Gelet op de statistieken is de kans aanwezig dat ik dement zal worden. Ik moet er niet aan denken dat ik terechtkom in een verpleeghuis. Wat ik daar gezien heb, wil ik niet meemaken. Als de diagnose dementie zou worden gesteld, wil ik regelmatig gedurende het aftakelingsproces met mijn huisarts contact houden om het moment te bepalen waarop ik nog wilsbekwaam genoeg ben om hem/haar tijdig om euthanasie te vragen. Mocht de dementie onverhoopt zo ver gevorderd zijn dat ik wilsonbekwaam zou worden en ik toch naar een verpleeghuis zou moeten, dan hoop ik dat de arts, hoe moeilijk het ook voor hem/haar is, mij wil verlossen door middel van euthanasie, ook al begrijp ik niet meer wat er met mij gebeurt en ik de ene keer zeg dat ik dood wil en de volgende keer weer niet. Ik geeft hierbij toestemming om mij, indien nodig, een kalmerend middel toe te dienen. Als de arts, om welke reden dan ook, niet wil of kan meewerken aan mijn euthanasie, dan verzoek ik mijn arts, in overleg met mijn naasten, mij te verwijzen naar Expertisecentrum Euthanasie.*



## Het behandelverbod

Schrijf in de persoonlijke aanvulling in het *behandelverbod* wat u verstaat onder kwaliteit van leven en/of wanneer er onvoldoende kwaliteit van leven is.

### **Beschrijf wanneer u geen kwaliteit van leven meer ervaart en waarom**

Schrijf iets op over de kwaliteit van leven die u gewend bent.

#### Voorbeeld

*Ik heb het altijd belangrijk gevonden zelfstandig te functioneren. Het idee dat ik in een ziekenhuisbed lig zonder enig vooruitzicht op verbetering van mijn situatie vind ik weerzinwekkend. In zo'n situatie verkies ik te sterven. Ik wil dan geen medische behandeling meer.*

*Ik heb altijd gesport (tennis) en als ik dat niet meer kan, dan houdt het voor mij op. Ik heb geen kwaliteit van leven meer als ik mijn conditie niet meer op peil kan houden en aftakel.*

#### Voorbeeld

*Ik ben iemand die zeer zelfstandig is en moeilijk de regie uit handen kan geven. Op dit moment ben ik gezond. Ik ben veel op reis. Dat is mijn lust en mijn leven. Mijn hobby's zijn heel belangrijk voor mij. Als ik geen grip meer heb op mijn bestaan, als ik niet meer voor mijzelf kan zorgen of als ik niet meer onafhankelijk en autonoom kan zijn, dan vind ik dat een gebrek aan kwaliteit van leven. Als ik bijvoorbeeld niet meer kan lezen, niet meer kan communiceren, als ik geen sociale contacten meer kan onderhouden dan zie ik dat als gebrek aan kwaliteit van leven.*

*Voor mij zou het moeten opgeven van mijn zelfstandigheid het moeilijkste zijn. Als ik bijvoorbeeld naar een verpleeghuis moet of verzorgd moet worden dan wil ik geen levensverlengende behandeling meer. Als mijn dagindeling door anderen bepaald wordt. Zijn er bijvoorbeeld bepaalde ziekten, mobiliteitsverlies, zintuiglijke verliezen, benauwdheid, jeuk. Ik heb bepaalde dingen meegemaakt bij mijn familie, bijvoorbeeld dementie. Kwaliteit van leven is echt belangrijk voor mij.*

#### Voorbeeld

*Ik heb COPD. Als ik ernstig benauwd ben en daardoor amper nog een gesprek kan voeren of mede daardoor ernstig vermoeid ben dan heeft het leven voor mij geen kwaliteit meer. Ik heb eerder op de IC gelegen vanwege vergelijkbare klachten en dat heb ik als zeer traumatisch ervaren. Ook door het overlijden van mijn vrouw heb ik gezien hoe ernstig een ziekbed kan worden. Als longpatiënt heb ik al veel lotgenoten gezien die ernstig benauwd waren. Dat wil ik voor mijzelf voorkomen. Ik wil geen levensverlengende behandelingen meer als er geen vooruitzichten zijn op een wezenlijke verbetering. Ik wil in ieder geval nooit meer een opname op de IC of aan de beademing. Ik wil ook nooit meer een reanimatie.*

#### Voorbeeld

*Als ik mijn autonomie verlies, dan wil ik niet verder leven en vind ik mijn leven niet meer waardig. Als ik een ernstige ziekte krijg, bijvoorbeeld dementie, of kanker, dan wil ik geen levensverlengende behandelingen meer, maar alleen nog palliatieve zorg. Ook wil ik dan niet gereanimeerd worden.*

#### Voorbeeld

*Kwaliteit van leven bestaat voor mij uit het contact met de kinderen en kleinkinderen. Als ik geen deel meer kan uitmaken van het gesprek, niet voldoende kan communiceren omdat ik al mijn energie moet stoppen in het ademen dan wil ik niet verder met de behandeling. Zodra anderen zeggen dat ik niet meer thuis verzorgd kan worden en genoodzaakt ben opgenomen te worden in een verpleeghuis dan is voor mij de grens bereikt. Ik vraag dan niet om euthanasie, maar ik wil dan stoppen met behandeling. Dan wil ik overlijden en dan wil ik dat mij geen eten en drinken wordt aangeboden/opgedrongen). Ik*



*hoop dat men dan kan voorkomen dat ik erg benauwd word en dreig te stikken. Bijvoorbeeld door mij goede pijnmedicatie te geven.*

#### **Voorbeeld**

*Heel mijn leven was ik zelfstandig, deed ik mijn eigen huishouden en maakte ik leuke reizen, wandelde en fietste ik met mijn vriendinnen en daarbij lees ik ook heel graag. Ontbreken van kwaliteit van leven is voor mij bijvoorbeeld als ik deze dingen (en andere dingen) niet meer kan. Ik wil toch echt niet koste wat kost in leven gehouden worden. En mijn kinderen zijn het helemaal met mij eens!*

#### **Voorbeeld**

*Ik ben altijd iemand geweest die mijn zaken goed wil regelen en onder controle wil houden. Ik wil de regie over mijn eigen leven behouden. Als ik niet meer zelfstandig kan lopen dan wil ik niet meer behandeld worden. Als ik ten gevolge van een ziekte en/of handicap activiteiten niet meer kan uitvoeren die ik normaal gesproken zou doen. Bijvoorbeeld autorijden, pianospelen, tuinieren, lezen. Dit zijn activiteiten waar ik heel erg aan gehecht ben en mij kwaliteit van leven geven. Ik wil niet behandeld of geopereerd worden als er geen grote kans op herstel is te verwachten.*

#### **Voorbeeld**

*Ontbreken van kwaliteit van leven is voor mij niet meer zelfstandig naar het toilet kan. Ik wil nooit meer die benauwdheid meemaken van toen die keer dat ik naar de IC moest. Door mijn nare ervaring op de IC wil ik daar niet meer behandeld worden. Ik zou het onwaardig vinden om op de IC te overlijden door bijvoorbeeld te stikken. Als ik door mijn kortademigheid vrijwel niets meer kan doen wat ik wil. Niet meer naar de klaverjasclub kan gaan. Of als ik niet meer genoeg lucht heb voor een goed gesprek, bijvoorbeeld over de studie van de kleinkinderen. Als ik door toenemende benauwdheid mijn kinderen en kleinkinderen niet meer kan ontvangen. Zou het vreselijk vinden als de kleinkinderen mij zo benauwd en angstig zien. Ik realiseer me dat dit een definitieve keuze is en een inleiding kan zijn voor mijn overlijden. Dat lijkt me erg verdrietig voor de kinderen, maar toch hoop ik dat zij mijn wens zullen uitvoeren. Dit behandelverbod houdt ook in dat ik niet gereanimeerd wil worden.*

#### **Voorbeeld**

*Ik ben altijd actief geweest, trok er als het kon vaak op uit, ik ga graag uit, ik probeer te genieten van wat er nog te genieten valt. Als dat wegvalt, als er niets meer is om van te genieten, als ik afhankelijk word dan vind ik dat het leven geen kwaliteit meer te bieden heeft. Ik weet dat ik niet kan verwachten dat ik tot op zeer hoge leeftijd nog grote reizen kan maken, het leven kan leiden dat ik nu leid, maar ik vind dat ik geen kwaliteit van leven meer heb als ik mijzelf niet meer kan verplaatsen, veroordeeld ben tot het verblijf in een verzorgings- of verpleeghuis en me moet schikken in het verpleeghuisleven, hoe goed dat tegenwoordig op veel plekken ook is.*

*Ik vind dat het leven geen kwaliteit meer biedt als ik nauwelijks nog contact kan maken met anderen vanwege geestelijk onvermogen, slecht gehoor en/of slecht zicht en daardoor geïsoleerd raak.*

*Als ik door slecht zicht, gehoor, geestelijke beperkingen niets ervaar bij het kijken van tv, het lezen van een boek/een krant en er niet meer over kan praten en/of lachen dan heeft het leven voor mij geen kwaliteit meer en wil ik geen levensverlengende behandelingen meer.*

*Ik geniet nu! Als dat niet meer kan, dan wil ik bij een ziekte niet meer behandeld worden.*



### **Koppel uw behandelverbod aan uw visie op uw leven**

Bijvoorbeeld als u vindt dat uw leven voltooid is.

#### Voorbeeld

*Na een heel leven heb ik inmiddels de overtuiging dat ik mijn leven wil afronden. Ik ben al erg oud geworden en zie geen mogelijkheden meer om een nieuwe wending te geven aan mijn leven. Ik ga elke avond naar bed in de hoop dat ik niet meer wakker word. Zodra de mogelijkheid zich zou voordoen wil ik graag sterven. Ik wil geen enkele behandeling meer die mijn leven kan verlengen.*

### **Geef aan dat u begrijpt wat de gevolgen zijn**

Het kan zijn dat u overlijdt als u afziet van behandeling. Maak duidelijk dat u dat weet.

#### Voorbeeld

*Wanneer ik aan een longontsteking kan overlijden dan heb ik daar geen bezwaar tegen. Het gaat me erom dat ik niet in leven gehouden word zonder vooruitzicht op verbetering, dat wil ik niet!*