

Nog één boterhammeke met américain
door **Marijke Libert**

Lena:

Haar dokter belde. Of we haar verhaal wilden horen, zo'n etmaal voor ze haar zelf gekozen dood stierf. Ze wou het zo graag vertellen. Deze week, de dag voor en de dag zelf, ontmoetten we Lena. En zoon Luc. Hoorden en zagen we hoe dat is, beslist en vrij, intiem en open, in de kamer en erbuiten: zorgzaam afscheid nemen.

door Marijke Libert

De dag voordien

Er borrelt iets in haar buurt. Uit een zakje, opgehangen achter het bed, met plastic buisjes die een weg afleggen naar beneden, over het hoofdeind, tot in haar neus. Zuurstof. Lena heeft een longziekte, kan amper zelfstandig ademen. Niet zo lang geleden heeft ze daarbovenop zware hartproblemen gekregen. Een lang leven, complicaties en medicatie, hebben hun tol geëist. Lena is er bijna vijftientig en naar eigen zeggen 'op'.

Lena: "Een paar maand geleden hing het hier boven mij nog vol draden en buizen. Niet meer te ontwarren. Een dokter wou me een pacemaker inplanten. Ik heb gezegd: dankuwel, maar het hoeft niet meer, die operatie. Hij zei: 'Het zou toch een verlichting zijn, een jaar of twee.' Ik antwoordde: 'Nog een jaar of twee miserie, met die longen, dokter? Wetend dat je toch moeten sterven? Kom kom. Toen heb ik beslist om álles stop te zetten. Ik wou niets meer, tenzij de medicatie voor mijn longen, mijn urinesonde en die zuurstof natuurlijk. En zo lig ik hier al een viertal weken, de wirwar boven mijn hoofd is weg. Ik voel wel hoe mijn lichaam nu snel aftakelt.

"Weet je wat zo erg is? Het bed. Ik ben gebonden aan dit bedje. Meet het op. Twee bij tachtig centimeter, of zoiets. Dat is mijn terrein, bij uitbreiding is mijn terrein zo ver als mijn armen kunnen reiken. Links niets, luchtledig, rechts het roltafeltje als buitengrens. Voor me de televisie. Meestal op Canvas, mevrouw. Mijn wereldje is zo klein geworden dat zich daarbinnen vreemde reacties voordoen. Als de verpleegkundige of een poetsvrouw mijn roltafeltje verplaatst en niet terugzet, ontstaat er paniek bij mij of een angstaanval. Ik ben dan mijn contouren kwijt. Vroeger was ik helemaal zo niet. Ik ben een vrijdenkende mens. Altijd geweest. Vrijzinnig. Tolerant. Ik heb de eerste kindjes van Turken en Marokkanen opgevangen toen ze in onze stad aankwamen, zoveel decennia geleden. Toen de Belgen bijna bang waren om die mensen aan te raken. Ze stonken, zeiden ze. Nee, ik ben altijd nogal open geweest en uitgerekend ik ga verzuurd doen over een

karretje en erger mij over kleine dingen. Ik ben kwetsbaarder geworden.

"In februari van dit jaar werd ik hier opgenomen. U kunt tellen. Tien maand.

Daarvan ben ik in totaal nog vijf dagen thuis geweest. Met hulp, verschillende keren per dag, een poetsvrouw, alles. Mijn zoon regelde dat. Maar op een avond laat viel ik en ik werd pas 's anderendaags gevonden. Ik kwam terug naar hier en bleef. Tien maanden, mevrouw, op twee meter bij tachtig centimeter. Het is wel genoeg, hé. En dat binnen blijven altijd. Die eerste maanden kon ik nog stappen, even de gang op, een frisse neus halen. Tot een kar met het eten erop mij aanreed. Ik viel behoorlijk hard. Mijn twee voeten open, gekneusde rug. Ik ben daar letterlijk gevloerd, maar ook figuurlijk. Sindsdien kom ik niet meer uit het bed, nemen de vitale functies af. Het enige wat nog onfeilbaar werkt, is dit."

Ze wijst naar het hoofd. "Het is mijn voordeel en mijn nadeel. Een arts confronteerde mij ermee toen ik over euthanasie sprak. "Dat hoeft toch niet", zei hij "want je bent nog zo helder van geest." Ik hoorde daarin afkeur voor mijn beslissing. Oké, zei ik, tot hier, tot aan mijn nek en waar moet ik met de rest van dit lijdende lichaam naartoe, denkt u.

"Ik eet nog amper, mijn eetlust is al langer weg, ik voedde me tot hiertoe, puur om te overleven. Deze middag heb ik een beetje soep gedronken. Vast voedsel is zo moeilijk om in te nemen. Smaak, ach. Waarvan zou ik honger hebben? Het is de honger die de smaak kruidt én het verlangen. Het verlangen naar lekker voedsel is ook weg. Wat me wel nog probleemloos lukt, is slapen, ik slaap 's nachts tamelijk goed. Ik hou me ook aan bepaalde rituelen, ik respecteer die en daardoor ook mijzelf als mens, vind ik. Ik voer kleine dingen uit, gewoontes die ik opwaardeer omdat er nog zo weinig over zijn gebleven. Om zes uur 's ochtends mijn mandarijntje eten bijvoorbeeld, terwijl rechts van mij over de stad de zon opkomt. Tot ik een paar weken geleden na het eten van mijn mandarijntje in ademnood kwam. Niets vreselijker dan dat. Niet kunnen happen. Ik blies en blies, er kwam hulp, twee dagen heb ik er last van gehad. Die angst kan ik u niet beschrijven. Je moet eens je adem inhouden, probeer eens, en je voorstellen dat happen nadien niet meer lukt. Nadien heb ik insputtingen gekregen. Allemaal door dat mandarijntje, stel je voor, dat is toch een miserie.

"Ik lig hier op een nogal vreemde afdeling. Een overgang naar... Wie weet wat. Het is geen palliatieve, geen postoperatieve dienst, wel iets voor herstellende mensen en voor hen die wachten om elders te belanden. Veel langdurig zieken liggen hier. Ook voor mij hebben ze eerst nog gezocht naar een andere plek. Mij 'binnen doen' zeiden ze. Ik wou graag een flatje, een serviceflat. Maar je staat op de lijst, nummer tweehonderd. Of je moet een piston hebben, een steekkar, maar dat is niet meer van deze tijd. Ieder krijgt dezelfde kansen en dat is maar goed ook. Dan maar een rust- en verzorgingstehuis. Nee, zei de dokter, gaat niet. Dan moet je of in je bed plassen

of een beetje dement zijn. Dat is in mijn geval niet van toepassing. Waar paste ik nog? Alleen hier dus, op die voorlopige plek.

"Maar, zoals gezegd, op den duur komt aan alles een einde. Eerst aan de verlangens, de verwachtingen. Er is geen vooruitgang, op geen enkel vlak. Leven wordt gedurig je teruggang vaststellen. Daarom heb ik dit beslist. Ook... Mijn schoondochter is een paar jaar geleden overleden, kanker. Triestig. Kliniek in, ziekenhuis uit. Alle dagen elders tot er niets meer viel te rekken, te genezen. Zij besloot in overleg met haar man, mijn zoon, om te sterven. Dat is op zo'n mooie manier gebeurd. Ik had het al veel eerder in mijn hoofd beslist, dat ik ooit die keuze zou maken als dat nodig was. Vijftien jaar geleden al ontstond die gedachte, toen ik de veldslag zag die mijn man onderging. Mijn man, ocharme, zijn dood is zo'n pijn gebleken. Een struise man van 1 meter 84 die nog 35 kilogram weegt. Probeer het je in te beelden. We hebben in onze kennissenkring naar artsen gezocht, overal njet. Niets willen doen. Uiteindelijk kreeg hij de twee laatste dagen morfine en daardoor kon hij zachtjes ingeslapen. Hoe dan ook, toen heb ik gezegd: ik wil meteen ingeschreven worden bij Waardig Sterven. Ik zei: als ik in een toestand kom dat ik het niet meer zie zitten, dan laat ik het doen. En ineens is dat daar, op een dag, een moment, helder. Dan heb ik het met mijn zoon overlegd. Luc, zei ik, ik zie geen uitkomst meer. En Luc begreep. "Mama, het is uw lichaam, daar doet u mee wat u wilt, ik kan niet zeggen 'u mag niet' of 'u moet'. U beslist. Maar als u denkt dat dit voor u een oplossing is, ik ben niet tegen euthanasie.

"Dan heb ik met de huisarts gesproken. Hij wist dat ik die wilsbeschikking had geschreven, dat ik dat niet zei om te lollen.

"Ze weten het hier op de gang van de afdeling, jawel. Ze vernamen ook dat het morgen gebeurt. Ik weet zelf nog maar van gisteren dat het morgen is. Liever vandaag dan morgen heb ik gezegd. Uitstel is vreselijk. Voor mij is er niets moeilijks aan, de euthanasie, de stap was al gezet. Maar die verzorgers, ach, ik merk het aan hun houding, het is blijkbaar een beetje moeilijk. Ze komen meer dan anders binnen. Ze zijn zo lief. Ze vragen of ik nog iets wil hebben, smaken, zien, weten.. Ik krijg veel aandacht.

"Morgen dus. Ik ben zo content dat ik dat weet. Deze ochtend werd ik wakker en dacht ik: nog één keer slapen. En dan is het gedaan. Eigenaardig hé."

Ze lacht een vreemd lachje, tintelend, blij?

Lena: "Jawel, blij. Ik neem dit niet als een gruwelding op. Het is dat geluk te kunnen zeggen: ik zal van alles af zijn. Ik kijk af en toe nog eens naar mezelf.

Vooraf naar die buik, zo toegetakeld, blauw van de inspuitingen. Mijn armen, alles. Dit lichaam is voorbij, uitgediend en op. Wat me rest, is het organiseren van mijn laatste dagen. Ik heb meer gepland dan anders. Ik heb zelfs een soort laatste maaltijd besteld. De verpleegkundigen vroegen me: zou je op uw laatste avond iets

speciaals willen? Heb je geen zin in ne kreem of het een of het ander. Ik zei: ijscrème interesseert me niet. Maar weet je wat ik wel zou willen vanavond? Een boterham met filet américain ertussen. Pure américain. Ik at dat altijd graag. Ze hebben meteen naar de keuken van het ziekenhuis gebeld. Of het kon. Ja dus. Vanavond eet ik mijn boterham, dik belegd. En als ik morgen wakker word, zal mijn laatste dag beginnen. Ik heb ook gevraagd dat ze me morgen nog eens goed komen wassen. Voor ik vertrek. Weken geleden had ik al aan Luc gevraagd om mijn zwart kleedje mee te brengen, uit de kast thuis. Het is schoon hoor, elegant, een zwart kleedje met oranje biesje. Hij had dat mee, het hangt hier in de kast, zwarte kousjes erbij, assorti. Ik wil mooi aangekleed zijn, als ik word verast. Dat was ook zo vervelend, tien maand onaangekleed, altijd maar in die pon. Het heeft iets morsigs.

"Ik weet niet of ik gekleed zal sterven of niet, dat laat ik aan de mensen over die voor me zorgen. Ook hoe ik sterf, laat ik gebeuren, ik wil dat niet zelf doen. Je kunt een drankje drinken. Ik riskeer het niet. Ik drink traag, wat beverig, kan geen grote slokken drinken, het lijkt me risicovol. Het worden dus de twee spuiten. Eerst om in te slapen en dan de definitieve. De dokter die het doet, is een bekende, een zeer lieve man. Ik zal geen pijn hebben, weet ik. En voor iets anders voorbij het sterven ben ik zeker niet bang. Ik geloof niet. Hierna is het gedaan. Ik zal niet gaan vliegen naar godweetwaar en engelen zal ik evenmin zien.

"Ik ben na die beslissing ook niet anders gaan denken, ik heb de wereld niet anders bekeken. Alles liep gewoon door. De draad is gevolgd, tot nu en morgen hebben we het eindje van de draad. Vooral dat verschilt met anderen die niet zelf kunnen kiezen om te sterven. Ik weet waar ongeveer dat laatste stukje draad zit.

"Alles is af en klaar. Begrafenis, muziek, in kannen en kruiken. De Mondscheinsonate bij de intrede en Mahlers Der Tod in Venedig als ze mijn urne begroeten. Die sonate heb ik zelf nog gespeeld. Nu is het afscheid begonnen, van mensen, maar ook van omgevingen, van het landschap, dit uitzicht, de stad waarop ik uitkijk van op mijn verdieping hier. De laatste keer dit, de laatste keer dat. De laatste keer de dag zien sluiten, het zonlicht zien. Naar dat appartement daar kijken, (toont) de weg, dat stukje water. Ik blijf met mijn gordijnen open slapen. Dit levende schilderij, het panorama dat ik zo goed ken, zal er morgen ook zijn. En overmorgen. Zonder mij. Alles gaat zonder mij verder. Ook kleinoden blijven achter. Neem die ring hier. (toont) Heb ik van mijn schoondochter gekregen, het is nog van haar overgrootmoeder. Een erfstuk. Ze gaf het mij de dag voor ze stierf. Vanavond, straks, als u weg bent en mijn zoon bij mij is, geef ik die ring aan hem. In het bijbehorende doosje. Zorgvuldig. Dat is belangrijk nu, zorg dragen. Ik zal hem ook de ring van mijn man geven en onze trouwringen. Die leg ik af en geef ik door. Dat zal wel emotioneel zijn. Mijn zoon en ik, dat is nogal intiem. Ik zei tegen

Luc vanochtend: manneke, doe maar goed verder zoals je bezig bent. Goed werken en zorg dragen voor alles rondom u, het is straks allemaal in jouw handen. Ik heb een goede verstandhouding met mijn zoon. Ik zeg nog altijd mijn manneke tegen hem. Mijn manneke heeft het soms lastig, zie ik. Maar hij staat ervoor en gaat erdoor. Hij is al door veel moeten gaan. Niemand heeft een makkelijk leven, toch? Ah kijk, als we over hem spreken. Mijn zoon, hij is daar..."

Luc is timide, zorgzaam, scharrelt wat rond Lena's bed, gaat zitten, verlaat af en toe de kamer voor een sigaret. Luc: "Het is rond, je kunt er geen speld tussen krijgen. Alles klopt. Mama had enkel uitzicht op een dood door verstikking. Haar lichaam takelde danig af de laatste tijd, dus... Zij besliste ineens, we hebben er natuurlijk wel over gepraat samen. Morgen, tja, is het zover. Hoe dat voor te bereiden? Ik ben ermee bezig, zij is ermee bezig. We zijn apart en tegelijk samen met het afscheid bezig. Ik heb het al eens meegemaakt met mijn vrouw. Het was een heel emotioneel moment, maar tegelijk zo mooi. Mijn vrouw was zeer lucide. Wij hebben een paar zaken besproken, dan is de dokter gekomen en het gebeurde. Tja mooi, vreemd woord, maar ik durf dat te zeggen. Het was een herinnering die blijft verwarmen. Zeker in vergelijking met wat mijn vader meemaakte. Het blijft een ondraaglijke gedachte, de manier waarop mijn vader aan zijn einde kwam. Het is nog niet verwerkt. Wordt het dat ooit?"

De dag zelf

Dit is een dag om snel weer te verlaten. De natuur wuift mee uit. Windkracht acht, honderden, duizenden losgerukte bladeren. Voorovergebogen voetje schuiven door de eerste najaarsstorm, doornat, je afschudden als een hond in de brede patiëntenlift. Op Lena's verdiep zoemt het behaaglijk, het is er druk en rustig tegelijk.

Eén uur nog.

Lena lacht breed, glimmend van de zeep. Zilveren haar achteruit gekamd. Het licht in de kamer gedempt. Zoon Luc op de rand van het bed. "We zijn nog een beetje aan het klappen", zegt zij. "Ze is kalm", zegt hij. Iets warrelt in de lucht. Je voelt: hier ben ik eigenlijk te veel. Lena wijst naar haar rechterarm. "Ze hebben een infuus gestoken. Ze gaan hét via een zakje doen. Dat is niet zoals mijn arts het plande, maar in het ziekenhuis doen ze dat blijkbaar zo. Ik zal er mij maar bij neerleggen, zeker. Meer keus heb ik niet. Wil ik ook niet. Ik ben er gerust op." Ze praat sneller dan gisteren. Is op een manier levendig, zoals oude mensjes die opgetuigd en aangekleed klaarstaan voor de uitstap. Hoe zie ik eruit, zit mijn haar wel goed?

Of het boterhammeke smaakte gisteravond? Luc lacht luid. Lena trekt haar ogen nog meer open. "Kun je geloven dat ik het helemaal heb opgegeten! Dat was lang geleden. En met zoveel smaak. Het was lekker, ja."

Wat nog te weten willen komen? Vragen zijn op, de zin om ze te stellen is weg. Eentje nog. Of ik mag zoenen ter afscheid. Ze spreidt de armen. "Natuurlijk." Haar zijden gezicht, haar velours armen. Heel warm voelt het allemaal. Een beetje zoals je geliefde in je schoot kan aanvoelen in het midden van de nacht: klam-warm. Ik zeg 'doe het goed', besef hoe belachelijk dat klinkt en stap gegeneerd op. Eergisteren was ze mij nog onbekend, nu zit ik beduusd op een kunstlederen bank in een mij onbekende ziekenhuisgang de laatste minuten van haar leven mee af te tellen.

Nog een half uur.

Een man in marineblauwe kamerjas bladert in een tv-blad. "Boer zoekt vrouw. Wim kan Annelies' uitleg niet aanvaarden." Jo Vally zegt ook iets tegen de wereld. "Het spijt me."

Een tv wordt ineens luider gezet. "De tip is: Oost-Vlaamse gemeenten. Hoeveel blokjes? Drie blokjes, Ben."

Zoon Luc verlaat even de kamer. Twee verpleegkundigen zijn binnen. "Ze gaan haar nu kleden." Hij knikt naar een paar verzorgers, trekt richting hal en sigaret. "Ze lopen hier ook nogal geëmotioneerd rond. Het gebeurt zelden dat iemand op deze dienst om euthanasie vraagt die dan ook hier wordt uitgevoerd. Ze hebben het er niet moeilijk mee, het is meer... Onwennigheid." Luc zucht. "Dat zoeken naar woorden om wat gebeurt begrip en dus gestalte te geven. Altijd foute woorden, vind ik, al is de bedoeling natuurlijk goed. Zo zeggen ze dat het 'moedig' is van mama dat ze dit doet." Luc haalt de schouders op. "Als ik eraan denk hoe ze de voorbije maanden moest leven, trekkend aan die adem, toeziend hoe al haar functies uitvielen. Dat had ook wel met moed te maken, denk ik dan. Haar beslissing was minder moedig dan logisch. Enfin. (pauzeert) Mama doet niet anders dan vertellen nu, vertellen. Over vroeger, verhalen, herinneringen, onze pa, dingen die ze meemaakte. De hele dag al ratelt dat maar uit die mond." De zoon lacht vertederd. "Gisteravond was er een heel intiem gebeuren. Ze heeft toen plechtig haar sieraden aan mij overgedragen. Mooi moment." Hij trekt weer naar de kamer. Nog een kwartier.

De eerste dokter komt uit de lift, Lena's huisarts, drie minuten later de tweede, een behandelende arts van het ziekenhuis. Meer bedrijvigheid op de gang, verpleegkundigen lopen af en aan, niet in maar langs Lena's kamer. Ze wéten het. Nog vijf minuten.

Vijf minuten later.

Luc komt naar buiten. Vochtige ogen, berusting, opluchting. "Het is goed gegaan. Toen haar arts binnenkwam zei ze: 'Ik ben gelukkig.' Toen heeft ze mij geëmbarrasseerd. En daarna... Was ze weg. In alle kalmte vertrokken. De verpleegkundigen gaan haar nu afleggen. Misschien kunnen we haar straks nog

eens groeten, samen?"

De artsen staan buiten, fluisteren nog wat na in de gang, nemen afscheid en vertrekken.

Tien minuten later.

Lena in zwart kleed met oranje biesje. Vale kleur. Ogen dichtgefallen, mond beetje opengezakt, ontspannen, pianohanden rusten op het witte laken. Opgerolde handdoek tussen kin en borst. Lena weg. Voorgoed. Goed vertrokken. Euthanasie, zoals de Grieken het in dit woord besloten: de zachte, goede dood.

Ik hou me aan rituelen, gewoontes die ik opwaardeer omdat er nog zo weinig over zijn gebleven

Lena:

Dit levende schilderij, het panorama dat ik zo goed ken, zal er morgen ook zijn. En overmorgen. Zonder mij. Alles gaat zonder mij verder
Zoon Luc:

Het is goed gegaan. Toen haar arts binnenkwam zei ze: 'Ik ben gelukkig.' Toen heeft ze me omarmd. En daarna... Was ze weg

Publicatiedatum : **2007-11-10**

Sectie : **Zeno**