Nieuwsblad (22 oktober 2026)

Kim Clemens, algemeen reporter

Charlotte kiest 10 jaar na goedkeuring voor euthanasie, maar eerst wil ze met een boek het taboe doorbreken

Meer dan tien jaar geleden kreeg Charlotte (46) de toelating voor euthanasie omwille van ondraaglijk psychisch en fysiek lijden. Het gaf haar ademruimte. Een noodrem, die ze nu ook wil gebruiken. In het boek 'Ik ben op', deelt ze haar verhaal.

Charlotte is aan het afronden. In de hal van haar huis hupt haar hondje Kato tussen de dozen waarin ze al wat spullen heeft gesorteerd. Op het dressoir tegenover haar bed in de woonkamer staat een pakket met kleurige bolletjes wol uitgestald, dat ze al een hele tijd geleden kocht en uit het oog verloren was. "Ik heb het nu wat meer in het zicht gezet, zodat ik er misschien tóch nog iets moois mee kan haken", zegt ze. Een laatste klein vooruitzicht, nu haar boek *Ik ben op* af is. "Ik had niet gedacht dat de titel nog zo toepasselijk zou blijken", zegt ze. "Ik ben echt op, nu. De *goesting* is weg. Ik heb geen energie meer. Men probeert nog lichtpuntjes op mijn pad te leggen, maar het lukt niet meer."

Je zou het haar op het eerste gezicht niet nageven. Charlotte praat levendig en ziet eruit als elke andere vrouw van haar leeftijd. Maar dat geldt nog maar voor een paar uur per dag. Elke dag ligt ze zo'n 22 uur in bed. Ze heeft constant pijn als gevolg van de ziekte van Bechterew, een chronische en progressieve vorm van ontstekingsreuma, en ze lijdt aan reumatoïde artritis. "Een mislukte rugoperatie toen ik jonger was, heeft het erger gemaakt", zegt ze. "Mijn rug is een oorlogsgebiedje."

Zelfs ademhalen doet pijn. En toch was het niet het lichamelijke afzien waardoor ze aanvankelijk de weg naar euthanasie insloeg, wel een langdurig psychisch trauma. Charlotte groeide op op het West-Vlaamse platteland in een religieus gezin met een dominante en controlerende vader. Hij kleineerde haar, en misbruikte haar vanaf zeer jonge leeftijd. "Ik zeg altijd dat het al begonnen is vanaf de geboorte. Ik heb geen herinneringen aan een tijd dat het níét zo was. Mijn eerste herinnering aan zijn aanrakingen is van het eerste kleuterklasje, dus hoe oud was ik toen? Twee, tweeënhalf?"

Nooit veilig

Charlotte praatte er met niemand over. Haar vader dreigde ermee dat dan haar moeder of haar broer iets zou overkomen. Lange tijd besefte ze zelfs niet dat wat ze meemaakte niet normaal was. Het enige dat ze wist, is dat ze zich thuis nooit veilig voelde. De angst was permanent. Alleen wanneer ze met dieren bezig was, ebde het wat weg. Wanneer ze als tiener probeerde te ontsnappen aan de thuissituatie door op een boerderij te helpen, kwam ze terecht bij een tweede dader, een buurman. Ook daar werd ze jarenlang seksueel misbruikt en later verkracht. Door de jaren heen heeft ze verschillende keren signalen gegeven. Op school probeerde ze hulp te zoeken, maar niemand vroeg door. Uiteindelijk stopte het misbruik. Haar moeder ging ook weg bij haar vader toen Charlotte 25 was, maar de gevolgen bleven in haar volwassen leven doorwerken. Anderen vertrouwen valt haar zwaar. Een liefdesrelatie opbouwen is nooit gelukt. Ze kampt nog steeds met herbelevingen, nachtmerries, paniekaanvallen en depressie. "Ik ben dikwijls opgenomen", zegt ze. "Zowel in de psychiatrische kliniek, als in de psychiatrische afdeling van een algemene kliniek. Ik heb het allemaal doorlopen."

Eenzaamheid

Behandelingen en medicatie hielpen weinig. Zeker omdat ook de lichamelijke klachten erger werden. De ziekte van Bechterew zit in haar familie, maar toch duurde het een tijd vooraleer de huisarts haar doorverwees naar de reumatoloog. “Ik deed mannenwerk. Zwaar werk. Op boerderijen, of rijden met de camion en ziekenvervoer. Ik deed dat graag, voor mij was dat een vorm van afreageren. Maar ik heb vier rugoperaties gehad. Telkens opnieuw heb ik geprobeerd om terug te gaan werken, maar het was niet meer menselijk. Op het einde zat mijn werkzak vol met pijnstillers en banden voor rond mijn polsen, enkels en knieën om de pijn te verlichten. Dan begin je je wel af te vragen hoe lang je dat nog volhoudt. Ik heb mijn werk moeten opgeven, maar daardoor verlies je nog meer contacten en geraak je nog meer in eenzaamheid.”

Meer dan tien jaar geleden begon ze zo haar aanvraag voor euthanasie. “Daar gaan zware gesprekken aan vooraf. Het is geen eenvoudig traject. Maar ik kreeg al van de eerste keer de goedkeuring van alle drie de artsen, die onafhankelijk van elkaar naar mij geluisterd hebben. Ik weet nog goed toen de derde me opbelde om het mij te zeggen. Ik ben toen midden in een winkel beginnen huilen van vreugde. Dat heeft me zoveel kracht gegeven. Gewoon die erkenning dat er niets mis was met mijn gevoel dat het ondraaglijk was. Dat ik niets onmenselijks aan het vragen was en dat euthanasie effectief mogelijk was. Dat heeft me de kracht te geven om voort te doen. Om voort te kabbelen.” Waardoor ze ook nog tien jaar verder raakte.

“Maar als ik toen had geweten wat ik nu weet, dat ik nog zo zou afzien en zoveel pijn zou hebben, dan zou ik het toen hebben laten uitvoeren, denk ik.”

Er waren een paar momenten waarop ze zich opmaakte om de euthanasie ook te laten doorgaan. Zoals toen de buren een nieuwe puppy in huis hadden gehaald, en dat beestje niet stopte met blaffen. “Het was toen alsof er iets brak in mijn hoofd. Niet dat die hond iets verkeerd deed, maar dat ik zelfs zoiets kleins niet kon verdragen. Voor mij was dat een teken dat mijn reserves op waren”, zegt ze. Voor de zekerheid ging ze opnieuw langs bij drie artsen, om de toestemming voor euthanasie nog eens te bevestigen.

En toch begon ze een goed jaar geleden nog aan het boek, in overleg met haar arts: topdokter, geriater en LEIF-arts Ann Vandenbroucke. “Ik was eigenlijk al bezig met mijn afscheid te plannen”, zegt Charlotte. Toch werkte ze er graag aan mee, in de hoop dat ze er misschien iemand anders mee kan helpen, en om het taboe te doorbreken. “Zeker als je richting euthanasie gaat, is er nog veel onbegrip over psychisch lijden. Mensen denken dat je gek bent”, zegt ze. “Maar als je me zou zeggen dat het boek pas over een half jaar zou uitkomen, dan zou ik daar niet meer op wachten. Het is goed geweest.”

Ze kijkt naar Kato, het hondje dat al het hele gesprek naast haar ligt. “Ik heb al dikwijls gedacht: als ik een hond was geweest, dan hadden ze me al lang laten inslapen. Meer dan twintig uur per dag in een mandje liggen met pijn, dat zou voor haar ook geen leven zijn.” Kato is haar metgezel. “Mijn schaduw”, zegt ze. Want verder is er nog amper iemand. “Familiehulp komt langs. Ik zie nog mijn kinesist, en mijn begeleider.”

Charlotte heeft in haar hoofd een lijstje met vragen voor zichzelf. “Ik heb jaren geleden al met mezelf afgesproken dat ik alleen mag gaan als ik alles heb afgevinkt. Als ik weet dat ik gerust mag zijn, dat ik genoeg heb geprobeerd en schoon kan afsluiten. In de jaren na zo’n goedkeuring zijn er sowieso momenten dat je twijfelt of je dat wel kan en wil. Toen ik het einde wilde inplannen, kreeg ik een keer een paniekaanval. Ik wist dan dat ik er nog niet klaar voor was. Ik wil niet dood, hé. Ik wil leven. Maar het moet wel leefbaar zijn. Ik heb genoeg gevochten.”

Wim Distelmans: “Dringend nood aan betere geestelijke gezondheidszorg”

Meer dan tien jaar tussen toelating en uitvoering: het komt wel vaker voor bij euthanasie. “Omdat het perspectief geeft”, zegt expert palliatieve zorg en levenseinde Wim Distelmans (VUB), die meewerkte aan het boek *Ik ben op*. “Het geeft iemand perspectief: ik word erkend in mijn miserie, men geeft mij de toelating om te gaan en ik weet nu dat ik zelf de noodrem in handen heb.”

Een goede begeleiding is daarbij cruciaal. “Charlotte hoeft niet dood. Ze leeft graag, maar ze zou willen dat het lijden gereduceerd wordt tot het voor haar acceptabel is. Daarom dat die formele goedkeuring er bij haar niet meteen toe heeft geleid om effectief de stap te zetten. Ik heb Marieke Vervoort ook zo begeleid. Ook zij wilde niet dood toen ze de procedure inzette, maar die potentiële noodrem heeft Marieke nog vijftien jaar opgeleverd.”

Het valt hem op dat er bij ULteam, de noodconsultatie voor complexe vragen rond levenseinde, veel mensen langskomen die in hun jeugd seksueel misbruik hebben meegemaakt. “Ongelooflijk veel”, zegt de arts. “Ik vind het ongelooflijk knap dat Charlotte haar verhaal doet om mensen te helpen en vroeger bij betere hulp terecht te komen. Het is niet meer vijf voor, maar vijf na twaalf om werk te maken van betere geestelijke gezondheidszorg. Men heeft er altijd de mond van vol, maar het is verschrikkelijk dat wij in België op kop staan voor het nemen van antidepressiva.”

Terwijl euthanasie bij mensen met psychisch lijden nog een taboe is. Zeker sinds de assisenzaak na het overlijden van Tine Nys zijn artsen terughoudender. “Er zijn er zelfs die het niet meer willen doen bij terminale kankerpatiënten, uit vrees voor vervolging”, zegt Distelmans. “Tegenstanders zeggen altijd dat je fysiek lijden kunt waarnemen en objectiveren, en psychisch lijden niet. Dat is compleet onjuist. Als iemand fysiek ondraaglijke pijn heeft, dan kun je dat ook niet meten en is het ook de patiënt in kwestie die de graad van pijn bepaalt.”

“De grens tussen psychisch en fysiek lijden is arbitrair getrokken, maar slaat eigenlijk nergens op. Het gaat niet over mensen die zomaar eenzaam of ongelukkig zijn, dat is eigen aan het mens zijn. Het gaat over lijden ten gevolge van een ongeneeslijke aandoening. Tegenstanders zullen zeggen dat een psychische aandoening misschien nog behandelbaar is. Wel ja, een terminale kankerpatiënt kun je ook nog tot op zijn sterfdag blijven behandelen, maar daarom niet genezen. De term ‘onbehandelbaar’ slaat op het lijden: kun je het lijden nog reduceren tot een niveau waarmee de patiënt wil voortgaan.”