

## De zelf-geregisseerde dood

Recent verschenen twee fascinerende boeken over het verschijnsel ‘levensbeëindiging zonder doktershulp’. Ouderenpsychiater Boudewijn Chabot (de psychiater van het naar hem genoemde Chabot-arrest) kwam een aantal gevallen op het spoor van mensen die hun eigen dood wisten te regisseren. In *Sterfwerk, de dramaturgie van zelfdoding in eigen kring* beschrijft hij de levensgeschiedenis van twintig mannen en vrouwen, bij hun dood in leeftijd variërend van 33 tot 91. Zij stierven door versterving (ophouden met eten en drinken) met meer of minder medische begeleiding, of door het innemen van een dodelijke dosis medicijnen die zij op een of andere manier hadden weten te verzamelen (soms na deskundig advies van de Nederlandse Vereniging voor Vrijwillige Euthanasie of de stichting De Einder). *De dood in doordrukstrip* van Karin Spaink handelt eveneens over de zelf-geregisseerde dood, en beschrijft vooral hoe moeilijk of makkelijk het kan zijn om het heft in eigen handen te nemen. Spaink zocht ongeveer alles bij elkaar wat er op internet te vinden is aan middelen en methoden voor zelfmoord: Zelfmoordsites waarop precieze informatie verstrekt wordt over combinaties van medicijnen die dodelijk zijn, manieren om jezelf te verhangen, te verdrinken of te vergiftigen met koolmonoxide. Daaraan gekoppelde chatgroepen van lotgenoten waar suïcidale personen met elkaar van gedachten kunnen wisselen en er soms in slagen elkaar van zelfmoord af te houden. Zij probeerde via op internet aanbevolen apotheken in Zwitserland en Pakistan dodelijke middelen te bemachtigen en moest vaststellen dat dit lang niet zo eenvoudig is als soms wordt gedacht.

Wie beide boeken na elkaar leest krijgt een goed beeld van de groep potentiële gegadigden voor een pil van Drion. Het gaat in de eerste plaats om de door Drion zelf voorziene doelgroep: (hoog)bejaarden, die oud en op zijn en die opname in een verpleeghuis willen voorkomen. In de tweede plaats zijn er patiënten wier verzoek om euthanasie in het medisch circuit geweigerd is, maar die wel degelijk lijden aan een sterk invaliderende, uiteindelijk dodelijke ziekte. Chabot beschrijft de 33-jarige Rick, die leed aan een onbehandelbare progressieve neurologische aandoening, die geleidelijk aan al zijn ledematen aantastte tot en met zijn tong, zijn ogen en zijn sluitspier; eigenlijk is het een raadsel waarom zijn huisarts hem niet wilde helpen. En in de derde plaats is er een vrij diverse groep van mensen die om uiteenlopende redenen het leven niet aankunnen: zij zijn niet in staat te genieten van de kleine dingen die het leven zo mooi kunnen maken en zij zijn teleurgesteld in hun werk, in de liefde of in allebei, zij hebben verliezen geleden die zij niet konden verwerken, zij lijden aan psychiatrische aandoeningen en willen niet nog langer in therapie, zij zijn in hun jeugd dermate ernstig mishandeld, misbruikt of misvormd dat zij levenslang zelf-destructief zijn geworden (vgl. Spaink, hfdst. 6).

Beide boeken laten voorts zien dat wie echt dood wil zijn wens uiteindelijk kan realiseren, ook zonder dat men zijn toevlucht hoeft te nemen tot het flatgebouw of de trein. Er is veel informatie en die is vrij eenvoudig te verkrijgen. Er is een semi-clandestiene hulpverleningspraktijk. Er zijn artsen die zo nu en dan een oogje dichtknijpen bij het voorschrijven van medicijnen en artsen die bereid zijn een verstervingsproces te begeleiden. Het organiseren van je eigen dood is niet eenvoudig. Het sparen van medicijnen kost de nodige tijd en vindingrijkheid, jezelf uithongeren gaat niet in een paar dagen. Maar, zo citeert Chabot de zoon van een van de door hem beschreven zelfdoders: het is misschien wel goed dat je er zelf wat voor moet doen.

De vraag dringt zich op of het, gegeven deze zelfmoordpraktijk, een goed idee zou zijn op enigerlei wijze pillen van Drion te gaan verstrekken. Spaink laat zien dat dit 'op enigerlei wijze' op twee manieren kan worden ingevuld. Je zou zo'n pil simpelweg (liefst in de vorm van een twee- of drieledige medicijnencombinatie) in de apotheek kunnen laten verkopen, dat wil zeggen zonder enige toetsing: 'Of je wilt leven, is immers in eerste instantie aan jou, aan niemand anders. Niet alleen hebben mensen het recht zich het leven te benemen, ze hebben zelfs het recht dat ten onrechte te doen' (p. 97). Dit zal vermoedelijk op hele grote weerstanden stuiten, zo denkt ook Spaink. Of je zou een doodstoets bij een speciale instantie moeten invoeren, in termen van Spaink een soort staatsexamen voor een doodsc commissie, met alle ellende vandien. Ik kan mij tenminste geen toetsende instantie voorstellen die tegen de door Chabot beschreven zelfdoder Jaap (38 jaar) zou zeggen: ja, uw doodswens is heel invoelbaar, u bent niet gek, u heeft er goed over nagedacht, na de breuk met uw vriend voelt u zich niet meer tegen het leven opgewassen, hier is een recept. Of tegen de 57-jarige Anna: ja, dat is goed, u bent licht invalide, u leeft in een grotendeels zelfgekozen sociaal isolement, u wilt daar niets aan veranderen, u wilt geen antidepressiva meer slikken; de dood lijkt ons ook een plausibele uitweg.

Je zou kunnen zeggen dat het probleem van mensen die dood willen maar niet in aanmerking komen voor euthanasie, voor zover dat oplosbaar is, zichzelf al een beetje heeft opgelost. Een betere of mooiere oplossing, in de vorm van een makkelijk verkrijgbare pil van Drion lijkt er niet in te zitten. Zo'n pil kan niet met en niet zonder toetsing. Sommige problemen zijn niet 'mooi' oplosbaar.