

INTERVIEW Euthanasie na een leven lang psychisch lijden

Tevergeefs op zoek naar een plekje in de wereld

Het begint met een briefje. Onder het kussen van haar moeder gestopt. 'Ik wil dood', staat erop geschreven. De hoop van elke ouder is dat die wens verdwijnt. Maar voor Milou, op dat moment acht jaar oud, wordt het verlangen naar het einde in de achttien jaar erna alleen maar groter. Tot ze ruim een half jaar geleden euthanasie krijgt en zich in het bijzijn van haar ouders en zus verlost van haar eindeloze, zware gevecht met het leven.



Brian Wijker
b.wijker@medialhuis.nl

Julianadorp ■ Ron Ippen, zijn partner Yvette en dochter Sterre (22) zitten dinsdag aan de eettafel. Met een kop koffie en koek. Precies zo was die ene ochtend in augustus. De ochtend waarop ze alle drie wisten dat het de laatste ochtend van Milou was. „Het gevoel waarmee ik die dag opstond was onwettelijk”, kijkt Yvette terug op de moeilijkste dag uit haar leven. De emoties nemen direct de overhand. Het is nog zo kort geleden en dus is de wond vers en diep. „De avond ervoor hebben we haar de speeches voorgelezen die we op de uitvaart zouden voordragen. En zij haar zelf geschreven kaarten aan ons. Dat was heel bijzonder. Milou heeft zelf kunnen bepalen hoe haar afscheid eruit moest zien. Ze heeft de regie in handen gehad, zelf de rouwkaarten geschreven, muziek uitgekozen en haar kleding uitgezocht. Ze gunde ons en zichzelf een humaan einde van haar leven.”

Praten met lotgenoten, moeders die hun kind op vergelijkbare wijze zijn verloren, helpt Yvette bij haar rouwproces. Via de stichting In Liefde Laren Gaan onderhoudt ze regelmatig contact met hen. „Daarin vind ik erkenning en herkenning.”

Ongeneeslijk

De reden dat het gezin hun verhaal deelt is helder. En krachtig bovendien. „We vinden dat er meer aan-

dacht moet zijn voor psychisch lijden”, legt Ron uit. „Er moet worden erkend dat iemand soms niet beter kan worden. Net als dat we dat kennen bij vreselijke ziektes als kanker, bijvoorbeeld. Alleen je ziet het aan de buitenkant vaak niet. En daarom is het voor veel mensen moeilijk om het te begrijpen als je er nooit mee te maken hebt gehad. Dat begrijp ik dan weer. Ik neem het niemand kwalijk. Maar meer acceptatie in de maatschappij voor psychisch lijden is wat we met ons verhaal hopen te bereiken. Het moet bespreekbaar worden.”

Slecht in haar vel

Ron vertelt dat Milou eigenlijk haar hele leven ongelukkig is geweest. Als kleuter zat ze al slecht in haar vel. „In al die jaren heeft ze gevochten om een plekje te vinden in deze wereld. Een wereld die voor haar gewoon veel te groot was.” Al op haar elfde wordt Milou uit huis geplaatst omdat ze suïcidaal is en zichzelf verwondt. Wat volgt is een ellenlange wandeling door de wereld van de psychiatrie. En telkens wordt tevergeefs gekeken of en hoe het leven van Milou weer kleur kan krijgen. Met verschillende medicijnen en behandelingen. „Ze heeft van alles geprobeerd om zich beter te voelen. Cursussen, trainingen, enzovoort. Ze greep alles aan.”

Yvette vertelt dat haar dochter 'van opname naar opname' is gegaan. Van de ene psychiatrische kliniek naar de andere, afhankelijk van de diagnose. De ene keer was

dat haar enorme depressie of autisme, de andere keer borderline. Ze wisselden elkaar af. „En moest ze weer verhuizen naar een kliniek die daar meer expertise in had. En daar hoorde ook weer andere medicatie bij.”

Toch zijn er ook periodes geweest waarin het leven van Milou iets meer stabiliteit kende. „Ze kreeg een eigen flatje, begeleid wonen. Begeleiding probeerde structuur in haar dag aan te brengen en een paar keer per week peilden ze hoe ze zich voelde. Maar telkens als je het gevoel had dat het beter ging, zakte ze weer weg. Zeker als de winter aanbrak, dan was het weer lastig om contact met haar te krijgen. Dan waren de depressies op het ergste punt.”

De paar kleine zonnestralen in de wereld van Milou maken in januari vorig jaar plaats voor donkere wolken. Wolken die niet meer verdwijnen. Na diverse pogingen om zelf uit het leven te stappen, volgt een crisisopname in Heiloo. De zovleste. „Ook toen verliep het contact in het begin erg moeizaam”, herinnert Yvette zich. „Ze was boos, opstandig. Dat hoorde bij haar ziektebeeld. Het was aantrekken of afstoten.”

Weer een traject

Na wéér een traject en opnieuw tevergeefse hoop dat nieuwe medicijnen aanslaan, dringt het tot iedereen door. Dat de weg naar geluk niet voor elk mens vindbaar is. En dat Milou maar baat heeft bij één ding: dat de pijn van het leven stopt. Ze is moegestreden. „Toen



”

Het verliezen van een ouder is al heftig, maar het staat in schril contrast met het afscheid nemen van een kind

”

Je ziet het niet altijd aan de buitenkant. En daarom is het voor veel mensen moeilijk om te begrijpen



Een foto om te koesteren: Yvette en Ron met hun dochters.



Milou en Sterre tijdens een fotoshoot op het strand.

FOTO AANGELEVERD



Yvette, Ron en Sterre denken nog iedere seconde van de dag aan hun Milou.

FOTO REDMOUSE

kwam euthanasie ter sprake." De tranen komen tevoorschijn als ze haar verhaal vervolgt. „En hebben we tegen haar gezegd: ook nu gaan we je helpen.”

Euthanasie

Een verzoek bij het euthanasiecentrum wordt ingediend. „Dat gaat natuurlijk niet zomaar. Daarvoor moet je alle dossiers van vroeger en alle soorten medicijnen aanleveren. Een berg van vijftien jaar aan informatie." Het euthanasiecentrum vertelt het gezin in mei dat Milou op de wachtlijst komt voor een intakegesprek. Over acht maanden is ze aan de beurt. Die mededeling slaat in als een bom. Acht maanden voelt voor Milou als acht jaar. Yvette vraagt vooraf of een begeleider in de kliniek in Heiloo erbij wil zijn als ze die boodschap met haar dochter deelt. „Ze stortte in. Ze kon niet meer zo lang wachten. Gelukkig was haar psychiater het met haar eens. Hij wilde haar helpen. Hij heeft het traject ter hand genomen. Daarna is het proces gegaan zoals het moest gaan. Maar dan in sneltreinvaart.”

Ron vult aan: „Wij hebben het geluk gehad dat we de juiste mensen zijn tegengekomen. Daar zijn we enorm dankbaar voor. Milou heeft het geluk gehad dat haar psychiater voor haar opstond. Anders had ze zelf nieuwe pogingen gedaan om uit het leven te stappen. En als die waren gelukt, zou het afscheid heel anders zijn dan hoe het nu is geweest. We zijn enorm goed begeleid door de GGZ.”

Op 7 juni krijgt Milou het ak-

koord dat ze euthanasie krijgt. Een bericht dat volgens haar ouders voor zichtbare opluchting op haar gezicht zorgt. Ze hoeft niet langer te solliciteren naar een humane dood. Zo zag ze het zelf altijd, als een sollicitatie. Ze kan haar suïcidaliteit loslaten. De twee maanden die volgen staan in het teken van afscheid nemen. Maar bezoeken aan pretparken en een droomreis naar een ver oord zijn er niet bij. Er wordt geen bucketlist afgewerkt. „Nee, voor dat soort dingen had Milou de energie ook niet”, vertelt Yvette. „Ze probeerde vooral haar rust te pakken. Ze was moe, op. Dat zagen we aan haar. Het was goed zo, vertelde ze ons in haar laatste weken meermalen. Haar bed stond bij ons in de woonkamer. Daar heeft ze uiteindelijk ook afscheid van ons genomen. Ze was er echt klaar voor.” Milou heeft voor haar dood een interview gegeven aan de GGZ. Over haar leven van begin tot einde. Dat interview zal worden gebruikt als lesstof in studies.

Turbulent

Voor Sterre is het een turbulent jaar geweest. Een paar weken voor de dood van haar oudere zus ziet ze Milou zoals ze haar zelden heeft gezien. Tijdens een concert van Coldplay in Amsterdam dat ze samen bezochten. „Ze danste. Ik wist niet dat ze dat nog kon”, herinnert ze zich. „Ik had haar vooraf verteld dat we moesten staan en dat het er druk zou zijn. Zoals altijd wilde ze vooraf weten wat ze kon verwachten. Wat ik nooit meer vergeet: een man naast haar brak

in tranen uit. Hij liet weten ongeheel ziek te zijn en binnenkort te sterven. Toen wees ik naar mijn zus en zei ik: zij ook. Alleen het grote verschil: hij wilde heel graag blijven leven en mijn zus niet. Dat besef kwam binnen.”

Grasveld

Vader Ron wacht tijdens het concert op een grasveld bij de Amsterdam ArenA tot Sterre en Milou terug zijn. Hij ziet de emoties op hun gezichten. Een herinnering om te koesteren. Ron houdt zich sterk. Maar een handleiding daarvoor is er niet. „We verwerken het allemaal op onze eigen manier en geven elkaar die ruimte. Het verliezen van een ouder is al heftig, maar

het staat in schril contrast met het afscheid nemen van een kind.”

Hoe het rouwproces verder gaat, weet het gezin nog niet. „Het verdriet dat Milou niet meer bij ons is, is en blijft enorm groot”, zegt Ron. „We zijn er iedere seconde van de dag mee bezig.” Het leven wordt nooit meer zoals eerst, weet Yvette. „Ons leven stopt voor je gevoel en dat van een ander gaat door. Dat zal nog wel even zo blijven. We troosten ons met de gedachte dat dit de allerdiepste wens van Milou was.”

Zie je het leven niet meer zitten? Of maak je je zorgen over een ander? Bel 0800-013 of chat via 113.nl. Anoniem, gratis en 24/7.



Psychisch lijden en euthanasie

Patiënten die psychisch lijden komen in aanmerking voor euthanasie wanneer er sprake is van vrijwilligheid, weloverwogenheid, ondraaglijkheid én uitzichtloosheid. Het is voor psychiaters vaak een worsteling om te beoordelen of een patiënt voldoet aan het criterium uitzichtloosheid.

‘Euthanasieaanvragen bij jongeren groeit’

Matthijs van Middelkoop is psychiater bij GGZ Noord-Holland Noord. Hij zette zich in voor het versnelde euthanasietraject van Milou. Hij ziet dat het aantal euthanasieaanvragen bij jongeren groeit. De veranderingen in de maatschappij spelen daar een rol in.

„Het maar moeten meedoen wordt voor kwetsbare groepen steeds zwaarder. Dat is een maatschappelijk probleem, waarbij we ook naar onszelf moeten kijken.”

Ook de impact die de coronaperiode heeft veroorzaakt is van

invloed, constateert hij. „Het heeft voor meer eenzaamheid en verslavingen gezorgd en behandelwachtlijsten zijn door de pandemie fors opgelopen.”

Van Middelkoop vindt niet dat euthanasie bij patiënten met uitzichtloosheid moet worden bestempeld als gitzwart. „Omdat het uiteindelijk heel goed is dat iemand die regie krijgt, op het moment dat - na soms wel tientallen jaren aan behandelingen - wordt vastgesteld dat er geen behandeling meer mogelijk is en iemand zelf ook niet meer kan. Het traject met Milou is een speciaal

moment in mijn loopbaan, hoe gek het ook klinkt.” Hij hoopt dat er meer begrip komt. „Ouders lopen vaak een tweede trauma op, doordat de buitenwereld zich afvraagt hoe je zo'n ingrijpend besluit kunt nemen. Daarom hebben de ouders van Milou het juiste gedaan door hun verhaal en dat van Milou te delen met de buitenwereld.”

Toch is er in Nederland al relatief veel acceptatie voor euthanasie bij mensen met psychisch lijden. „In de meeste buitenlandse landen is dat nog onaanvaardbaar.”