

Informatie over Natriumazide en Domperidon.

Mensen die met Natriumazide hun leven willen beëindigen gebruiken naast dit Laatste Wil Middel ook Domperidon en paracetamol.

Werking Natriumazide: *Natriumazide* verhindert de zuurstofopname door de rode bloedlichaampjes, waardoor de hersencellen en spiercellen afsterven. Uit rapportages blijkt het een zachte dood veroorzaken, vergelijkbaar met koolstofmonoxide vergiftiging (zie de casuïstiek).

Werking Domperidon: *Domperidon* 10 mg wordt gebruikt tegen misselijkheid en braken. De contra-indicaties zijn bij gebruik bij een vrijwillig levenseinde niet relevant. Tot voor het moment van het vrijwillig levenseinde hoeft in het algemeen niet met de inname van andere geneesmiddelen worden gestopt.

Werking paracetamol: Door het ontstane zuurstofgebrek in de hersenen ontstaat soms hoofdpijn. Het is verstandig om vooraf tweemaal 1000 mg. pijnstillers in te nemen (*Paracetamol* of *Aspirine*, bij iedere drogist verkrijgbaar). Een glaasje alcohol vermindert de bijwerkingen van Natriumazide.

De inname van *Natriumazide* is onomkeerbaar, er is dus geen tegengif mogelijk. Na inname ontstaat de gebruikelijke lijkbleke kleur. Bij gebruik van *natrium-nitriet* treedt er een blauwverkleuring op en dat wordt dan ook afgeraden.

Bewaring Natriumazide en Domperidon: beide moeten droog, donker en op een veilige plek worden bewaard. *Natriumazide* is onbeperkt houdbaar, *Domperidon* 10 jaar. Het blijkt zonder recept online te bestellen.

Mocht u over de middelen beschikken, zorg er dan voor dat uw nabestaanden weten waar u deze middelen hebt opgeslagen. Worden de *Natriumazide* en *Domperidon* niet gebruikt, stel het beschikbaar aan iemand in uw omgeving die ook de regie over zijn/haar eigen levenseinde mogelijk zou willen bepalen. Indien dit niet gebeurt, verwijder het dan als Klein Chemisch afval.

Casuïstiek m.b.t. de uitvoering: uit de casuïstiek met 32 patiënten (maart 2020) blijkt dat het sterven na inname van *Natriumazide* vergelijkbaar is met het normale stervensproces (zie bv. op de KWF-website onder *stervensfasen*).

Opiaten hebben een negatieve interactie met *Domperidon*, dus gebruik van *oxycodon*, *morfine*, *pethidine*, etc. werd ontraden. Soms werd een kalmeringsmiddel ingenomen om het proces rustiger te ondergaan.

Alleenstaanden die voor zelfdoding zonder begeleiding kozen, zorgden ervoor dat een vertrouweling op de hoogte was. Deze wist van het moment van inname, had een sleutel van de woning, wist welke huisarts en welke nabestaanden moesten worden gebeld, etc. Tevens had de overledene aangegeven hoe hij/zij de uitvaart geregeld wilde hebben. Alle mogelijke sporen voor zelfdoding d.m.v. *Natriumazide* hadden zij vooraf heel zorgvuldig verwijderd.

Casuïstiek uitvoering: bekend is dat bij keuze voor een vrijwillig levenseinde de betrokkenen hebben gekozen voor een uitvoering in drie fases. De eerste *Domperidon* 10 mg is vooraf ingenomen om te bezien of de patiënt tegen *Domperidon* zal kunnen.

Fase 1: Er werd over het besluit tot zelfdoding en de uitvoering ervan overlegd met de familie en mantelzorgenden. Zij mochten volgens de wet *Natriumazide* **niet** klaarmaken en **niet** geven. Verder mochten de aanwezigen tijdens hun aanwezigheid alles doen. Alle relevante informatie over het gewenste handelingsproces (stappenplan) werd samen goed doorgenomen en er werd overeengekomen om niet in te grijpen.

Met degenen die aanwezig zouden zijn bij het sterven, waren vooraf de mogelijk voorkomende stervensverschijnselen doorgenomen, opdat zij niet vreemd opkijken als deze plaatsvinden: onregelmatige ademhaling, rochelen, spasmen, gezichtsgrimassen, incontinentie, e.d., (zoals bv. beschreven is in de reader *Zelfgekozen levenseinde*, uitgereikt bij de huiskamergesprekken van de CLW),. Er werd afgesproken niet in te grijpen en bij eigen stressreacties bv. even een adempauze te nemen.

Bekend was dat men na de inname snel in een diepe slaap zou raken en na ongeveer een kwartier in coma. (Ondanks voornoemde grimassen en spasmen nam men in coma geen pijn of benauwdheid meer waar). Bij eventuele incontinentie mocht uiteraard worden verschoond, zoals ook de bewassing mocht plaatsvinden.

Fase 2: Degene die ging overlijden nam een licht ontbijt, zorgde vooraf voor voldoende hygiënische maatregelen (toiletgang, lekker in bad met een geurtje of een douche), incontinentiemateriaal en/of een zeiltje, en stelde zijn/haar inname procedure op. Deze werd begonnen met de inname van *Domperidon* 10 mg, voorafgaand aan de inname van de *Natriumazide*. Degenen die antipsychotica innamen gebruikten i.p.v. *Domperidon* 10 mg het alternatief *Metoclopramide* 10 mg. Dit blijkt zonder recept online te bestellen.

Fase 3: Nadat de betrokkene het moment van het definitieve afscheid had vastgesteld, heeft hij/zij vervolgens gekozen uit twee verschillende manieren voor het levenseinde. Deze hielden in:

De 1e manier (de kortste manier):

1 uur **voor** het voorgenomen moment van de *Natriumazide* inname werd 3 *Domperidon* 10 mg + 2 paracetamol (1000mg) of 2 *Aspirine* (1000mg) ingenomen. Na 1 uur volgde de inname van de 3 *Natriumazide* capsules.

De 5-3-1-0 manier:

5 uur **voor** het voorgenomen moment van de *Natriumazide* inname werd 1 *Domperidon* ingenomen; 2 uur later 1 *Domperidon*; 2 uur later 1 *Domperidon* + 2 paracetamol (1000mg) of 2 *Aspirine* (1000mg); 1 uur later de 3 *Natriumazide* capsules.

Wijze van innemen: *Natriumazide* werd als capsule ingenomen met een glas water, een lekker glas wijn of limonade in vla of yoghurt, niet met een zure oplossing (bv. sinaasappelsap of grapefruitsap). De 3 capsules werden één voor één doorgeslikt (alles tegelijk bleek soms te moeilijk te zijn om door te slikken) en **niet** kapot gekauwd. Bij **slikproblemen** werden de 3 capsules *Natriumazide* voorzichtig geopend met gebruikmaking van plastic handschoenen en een mondkapje. Het poeder werd al roerend met een **plastic lepel** in een glas met 50 ml water opgelost (contact met metaal en zuur zorgt voor ongewenste reacties).

Afwikkeling: Er werd voor gezorgd dat er in de vuilnisbak en in het huis op **geen enkele manier** sporen van *Natriumazide* en *Domperidon* te vinden zouden zijn. Het gebruikte glas werd zorgvuldig schoongemaakt. De verpakkingen, het plastic lepeltje, et cetera werden op dezelfde zorgvuldige manier spoorloos verwijderd. De bedoeling was de verdere afwikkeling probleemloos te laten verlopen.

Informatie over de gevolgen van de inname *Natriumazide* en *Domperidon*:

Eerste effect: een lage bloeddruk die in de eerste 5 minuten na de inname van *Natriumazide* voor hoofdpijn kan zorgen, vandaar voorafgaand aan de inname van *Natriumazide* het innemen van pijnstillers (paracetamol of aspirine).

Tweede effect: het langzaam in slaap wegzinken, de eerste circa 5 minuten nog redelijk aanspreekbaar, steeds minder en in circa 10 tot 15 minuten in een diepe slaap vallen, die in het algemeen tussen 15 en 30 minuten in een coma overgaat.

Derde effect: het overlijden na 30 tot 45 minuten. Ieder reageert anders op medicatie en voorafgaand medicijngebruik kan meespelen. Dat is geen reden tot ongerustheid. Na inname van *Natriumazide* gaat men onherroepelijk dood. In uitzonderlijke gevallen kan het soms langer duren

bv. 1 – 4 uur voordat het overlijden heeft plaatsgevonden. Volgens medici voelt de stervende in een coma niets – in weerwil van grimassen, spasmen, etc., noch zijn angsten merkbaar.

Informatie over de procedure bij zelfdoding.

Indien u denkt aan zelfdoding is het verstandig u te informeren over een aantal regelingen die u kunt treffen:

1. volg een goed draaiboek, zie bijlage 1.
2. schrijf een afscheidsbrief, zie bijlage 2.
3. gebruik een niet behandelverklaring, zie bijlage 3.
4. gebruik een vrijwaringverklaring, zie bijlage 4.
5. laat info over uw zelfdodingproces melden aan de CLW, zie bijlage 5.
6. maak eventueel een afscheidsvideo.

Het is belangrijk dat de casuïstiek m.b.t. deze wijze van zelfdoding wordt uitgebreid. In bijlage 5 zijn voor een meldingsbrief aan het CLW belangrijke onderwerpen over het verloop van het proces aangegeven. We hopen dat deze ingevuld naar het CLW wordt opgestuurd: CLW, De Roer 3, 3448 XM Woerden of naar post@laatstewil.nu.

Handel tijdig.

Bedenk: je weet niet wanneer je iets ernstigs overkomt. Je kunt de formulieren wellicht niet meer invullen en ondertekenen na een hersenbloeding, ongeluk of iets anders waardoor je (wils)onbekwaam wordt. Vul dus meteen alle formulieren in, maar zonder de datum te vermelden en onderteken ze. De datum kan vlak voor het eventueel gebruiken van het middel worden opgeschreven.

Je kunt ook afscheidsbrieven schrijven. Dat maakt het voor de nabestaanden makkelijker het verlies te dragen. Ga na tegen wie je iets zou willen zeggen. Dat hoeven geen romans te worden: het gaat om wat de ander in essentie voor jou heeft betekend. Berg ze op bij het middel samen met een (levens)testament etc. Na een jaar of drie zou je afscheidsbrieven kunnen aanvullen of herzien.

Bijlage 1.

Vorbereiding bij zelfdoding: het draaiboek

Een zorgvuldig voorbereide zelfdoding kost tijd. Daardoor heeft ze meer kans van slagen en het maakt de belasting voor de achterblijvers iets minder zwaar. Info staat in het handboek "De Vredige Pil" van P. Nitschke en F. Stewart en "Uitweg" van B. Chabot. U kunt samen met uw naasten een draaiboek maken.

Opmerking vooraf: bij zelfdoding mogen naasten aanwezig zijn en morele steun bieden is niet strafbaar. **Praktische hulp**, zoals het opendraaien van een potje of het oplossen, aanreiken of toedienen van het middel kan strafbaar zijn volgens artikel 293 Wetboek van Strafrecht.

Aandachtspunten voor het draaiboek.

1. formuleer uw laatste wensen. Bespreek ze met de partner, familie, vrienden.
2. wat is de tijdsplanning? Vanaf het moment waarop u wilt sterven, moet u terugrekenen naar het moment van de eerste inname.
3. wie is/zijn aanwezig?
4. wat zijn de taken? Bv. een video (als bewijsvoering van de vrijwilligheid van de zelfdoding en het zelf uitvoeren van de handelingen), verschonen, het informeren van de huisarts, het helpen bij het afleggen, info naar familie, etc.
5. wat te doen bij mislukken? Bv. ten gevolge van braken.
6. hoe is de opvang voor de achterblijvers geregeld?
7. welke documenten met hun vindplaats liggen klaar?
 - a. Naam en adres van elke persoon die u heeft gevolmachtigd financiële handelingen te verrichten en van andere gevolmachtigde(n).
 - b. Wilsverklaringen, met name het behandelverbod en volmacht(en).
 - c. Vrijwaringverklaring waarin u schrijft, dat u de medicatie zelf heeft verzameld en hebt willen innemen.
 - d. Afscheidsbrief of afscheidsbrieven.
 - e. Identiteitsbewijs.
 - f. Verzekeringpapieren, m.n. de polis van de uitvaartverzekering.
 - g. Testament en verdere info over de nalatenschap, bv. een codicil.
 - h. Aanwijzingen voor de uitvaart: begraven of cremieren; naam, telnr en adres van de uitvaartondernemer; adressen van te informeren personen.
 - i. Evt een donorcodicil.

Bijlage 2.

Afscheidsbrief.

Een afscheidsbrief is een mooie manier om de laatste dingen te zeggen tegen je eventuele partner, kind(eren), familie en vrienden. Ook een achterblijver kan de behoefte hebben een afscheidsbrief te schrijven aan een dierbaar persoon die binnenkort komt te overlijden.

Een afscheidsbrief schrijven is vaak erg emotioneel en kost veel energie. Je bent je immers bewust van het naderend overlijden. Je kunt maar één afscheidsbrief aan een bepaalde persoon schrijven en de valkuil is een perfecte brief te willen schrijven. Dat is onnodig. Schrijf vanuit je hart. Degene die de brief ontvangt zal er blij mee zijn en het sterven makkelijker kunnen aanvaarden.

Wat kun je in de brief aan bod laten komen? Bv.:

1. waarom schrijf je deze brief aan deze ontvanger?
2. wie ben je als persoon en wat vind je belangrijk in het leven?
3. waar ben je trots op?
4. hoe kijk je aan tegen de ontvanger van je brief?
5. wat vind je bijzonder aan de ontvanger van je brief?
6. wat heb je samen meegemaakt?
7. wat wil je de ontvanger van je brief nog zeggen?
8. wat wens je de ontvanger van je brief toe?

Voorbeeldzinnen.

1. ik wil je bedanken voor ...
2. we hebben samen mooie momenten beleefd, zoals ...
3. we hebben samen moeilijke momenten beleefd, zoals ...
4. ik zal nooit vergeten dat wij ...
5. dankzij jou heb ik ...
6. ik ben er trots op dat we samen ...
7. ik wens je toe ...
8. (achterblijver) ik zal je herinneren als iemand die ...

bijlage 3.

NIET BEHANDELVERKLARING

Hierbij verklaar ik: **voorletters , volledige naam en geboortedatum, BSN**

Naam: _____
geboren: _____
BSN: _____ woonplaats: _____

aan mijn partner, kinderen, naasten en behandelende artsen:

(maak alle bolletje zwart die van toepassing zijn; meerdere opties zijn mogelijk)

- 0 Ik wens geen maatregelen om mij zo lang mogelijk in leven te houden.
- 0 Ik wil niet dat in acute situaties 112 wordt gebeld.
- 0 Ik wil niet worden gereanimeerd.
- 0 Ik wil geen onnodige levensverlengende handelingen als die ten koste gaan van mijn kwaliteit van leven.
- 0 Ik wil niet worden beademd.
- 0 Ik weiger op kunstmatige wijze te worden gevoed met een katheter via de buik of met een maagsonde.
- 0 Overige wens(en) **zelf door betrokkene in te vullen of bijlage.**

Als mijn belangenvertegenwoordiger/wettelijk vertegenwoordiger benoem ik: **voorletters , volledige naam en geboortedatum, BSN**

Naam: _____ Geboren: _____
BSN _____ Plaats: _____
Datum: _____

Handtekening: _____

Kopie bij partner en naaste/wettelijke vertegenwoordiger; kopie naar huisarts, deze draagt zorg voor overdracht aan de huisartsenpost en een vermelding als memo tekst in het patiëntendossier van de huisarts en de huisartsenpost.

bijlage 4.

VRIJWARINGVERKLARING voor levensbeëindiging onder eigen regie (afkomstig van de Einder)

Volledige naam en voornaam van degene die zijn of haar eigen leven zal beëindigen: **voorletters , volledige naam en geboortedatum, BSN**

Naam: _____

Geboortedatum: _____ Geboorteplaats: _____

Adres: _____

Postcode: _____ Woonplaats: _____ BSN: _____

Ik verklaar na grondige overweging, uit vrije wil en in het bezit van mijn volledige verstandelijke vermogens, dat ik:

1. alle voorbereidingen en uitvoerende handelingen om mijn zelfdoding te bewerkstelligen zelf heb verricht.
2. dat ik zelf de hulpmiddelen heb aangeschaft en geprepareerd.
3. dat ik zonder hulp van anderen de middelen heb toegepast.

Plaats: _____ Datum: _____

Handtekening: _____

bijlage 5.

Verzoek om de info over de zelfdoding te sturen naar de CLW

Beste Mensen,

Indien de overledene de regie van zijn/haar levenseinde in eigen hand heeft gehouden en daarbij het Laatste Wil Middel Natriumazide heeft gebruikt is informatie over het verloop van het stervensproces belangrijk. Om een gedetailleerde kennisbank over het gebruik en het resultaat van het middel te verkrijgen worden nabestaanden verzocht na afloop de **Coöperatie Laatste Wil** anoniem te informeren over het verloop.

Daarbij gaat het om vragen als:

- Wat waren de motieven van de overledene voor diens zelfdoding? Speelde een concrete aanleiding een rol of ontbrak deze? Heeft de overledene zijn/haar motieven met u gedeeld? Wilt u de datum van inname vermelden?
- Hoe had de overledene het middel tot zich genomen? Gebeurde dit volgens een bepaalde methode? Welke voorbereidingen waren getroffen?
- Hoe verliep het stervensproces na inname en hoe lang heeft dit geduurd?
- Wie was/waren bij het stervensproces aanwezig? Was dit op verzoek van de overledene, zijn/haar naaste(n) of op eigen initiatief?
- Was u op de achtergrond aanwezig of heeft u de stervende gesteund door de hand vast te houden, te strelen, geruststellend toe te spreken of anderszins?
- Hoe had de overledene de verdere afwikkeling geregeld? Bv. een wilsverklaring, vrijwaringbewijs, afscheidsbrief of brieven, adressen, uitvaartwensen, etc.
- Is de afwikkeling geheel volgens wens verlopen?
- Hoe kijkt u als nabestaande die bij het stervensproces aanwezig was terug op dit hele gebeuren? Heeft dit invloed op uw kijk of voornemen inzake het in eigen hand houden van de regie over leven en dood?

We vragen u uw antwoorden op te sturen naar onderstaand adres. Bij voorbaat hartelijk dank voor uw welwillende medewerking.

Coöperatie Laatste Wil. De Roer 3, 3448 XM Woerden Telefoonnummer: 085 130 16 45 Mailadres: post@laatstewil.nu