

Twaalf vragen over 'laatstewilmiddelen'

Goed om te weten als u het

Een groeiend aantal mensen wil, net als Arie en Jeanne den Dulk uit de vorige *Relevant*, zélf een einde aan hun leven maken. Op het moment dat zij de tijd gekomen vinden, zonder anderen ermee te belasten, zonder tussenkomst van een arts. Maar ze willen wel snel en pijnloos sterven en niet verminkt raken. En ze willen er zo zeker mogelijk van zijn dat het lukt. Hoe doe je dat?



Een legaal te verkrijgen laatstewilpil bestaat nog niet in Nederland. Hoe kan ik er toch aan komen?

U kunt tijdig beginnen met het verzamelen van medicijnen, 'laatstewilmiddelen'. Uitvoerige informatie over medicijncombinaties die kunnen leiden tot een rustige en zekere dood vindt u op uw persoonlijke, beveiligde deel van de NVVE-website (onder MijnNVVE, waar u in komt met uw inlogcode). Als u wilt, kunnen de speciaal daarvoor opgeleide consultants van de NVVE de methoden met u bespreken en inschatten of ze haalbaar voor u zijn. Realiseert u zich wel dat u misschien zult moeten jokken om de middelen van uw huisarts of apotheek te krijgen.

Op de NVVE-site staan geen adressen in het buitenland. Maar je kunt toch middelen in Zuid-Amerika of Azië kopen?

De NVVE wil mensen zorgvuldig informeren, maar niet aanmoedigen. Het gaat om opiaten en het is illegaal om deze te importeren. De NVVE wil niemand tot illegaal handelen aanzetten. Op de site wordt wel gewezen op *The Peaceful Pill Handbook* (PPH) van de Australiër Philip Nitschke en zijn vrouw Fiona Stewart, (zie interview pagina 18-19-20). In de actuele, digitale versie daarvan staan

helemaal zelf wilt doen

betrouwbare adressen uit de hele wereld.

- *Ik heb geen computer en geen e-mail, en mijn Engels is niet zo best. Wat nu?*

U kunt de informatie die op het afgeschermd deel van de site staat, ook op papier ontvangen en een NVVE-consulent om informatie vragen. U belt daarvoor naar het algemene nummer, (020) 620 06 90, en vraagt naar informatie over een zorgvuldige zelfdoding. Dan wordt u met de juiste persoon doorverbonden.

- *Ik heb hulp nodig bij de handeling zelf.*

Hulp bij zelfdoding is in Nederland verboden. De NVVE is ervoor die strafbaarheid op te heffen, maar zover is het nog niet. De NVVE-consulenten mogen u dus niet helpen om een middel via internet te bestellen bijvoorbeeld of bij het innemen. Dan zijn ze strafbaar. Een zelfdoding met medicatie voor mensen die het niet alleen kunnen, is uitsluitend haalbaar als iemand in hun omgeving bereid is die (strafbare) hulp te bieden, zoals Albert Heringa dat deed bij zijn 99-jarige Moek. Weest u zich ervan bewust dat u zo'n glas barbituraten in één keer leeg moet kunnen drinken. U moet dus geen slik- of maagproblemen hebben. Even stoppen tussendoor brengt het

risico met zich mee dat u weg raakt maar niet sterft. Datzelfde risico geldt bij braken. U heeft dus ook een antibraakmiddel nodig.

- *Hoe kom ik daar dan aan?*

Via de huisarts of het internet. Tegen de huisarts zult u waarschijnlijk moeten jokken en zeggen dat u veel last heeft van misselijkheid. De kans dat hij mee wil werken als u de waarheid vertelt, is zeer klein. De middelen zijn ook niet meer, zoals enkele jaren geleden nog, vrij bij de drogist verkrijgbaar.

- *Hoe weet ik dat middelen uit het buitenland betrouwbaar zijn?*

Niemand kan de betrouwbaarheid garanderen maar het PPH wordt zeer regelmatig geactualiseerd. Er zit een hele organisatie achter die bijvoorbeeld proefbestellingen in diverse landen doet en de samenstelling ervan op juistheid controleert. De paar keer dat de Nederlandse douane een bestelling in beslag nam, is de inhoud van de middelen ook getest en werden er zuivere barbituraten aangetroffen.

- *Hoe duur zijn die middelen eigenlijk?*

De kostprijs van een bestelling ligt tussen de 15 en 20 Amerikaanse dollars, maar de leveranciers vragen er ongeveer

450 voor. Het is een zeer winstgevende handel. Standaard worden er porties geleverd die groot genoeg zijn voor twee personen. U zou ze dus kunnen delen met iemand anders. Maar: 'delen is dealen', dus ook dat is bij wet verboden en strafbaar. Zelfs als u zich er niet voor laat betalen.

- *Is er wel eens iemand veroordeeld voor het illegaal invoeren van deze opiaten?*

Nee. Incidenteel neemt de douane zendingen in beslag. Voor zover bekend is er wel eens een geldboete opgelegd en kreeg iemand een waarschuwing. Maar een volgende bestelling op hetzelfde adres werd gewoon bezorgd.

- *Hoe lang blijven die middelen goed?*

Tien jaar, mits ze niet onderhevig zijn aan al te grote temperatuurswisselingen en de verpakking intact blijft. Bij gebruik na tien jaar wordt geadviseerd de dosering te verhogen.

- *Hoe bewaar je ze?*

Je kunt het middel in een kluis of kistje bewaren en de sleutel verstoppen of aan iemand in bewaring geven.

Als niemand me mag helpen bij mijn zelfdoding, moet ik dan alleen sterven?

Nee, dat hoeft gelukkig niet. De NVVE adviseert om een vrijwaringsbrief op te stellen waarin u verklaart dat u helemaal zelfstandig hebt gehandeld, zonder de hulp van anderen. Zijn er familieleden of vrienden aanwezig bij het sterven, laat dan in de brief weten dat zij daar alleen zijn ter ondersteuning en dat zij geen praktische hulp hebben verleend. Het is aan te raden een opname met bijvoorbeeld een mobiele telefoon te laten maken om aan te kunnen tonen dat u de middelen zelfstandig en uit vrije wil hebt genomen. Vaak beschouwt de politie de locatie in eerste instantie als een 'plaats delict' en de aanwezigen als mogelijke verdachten. Wees daarop voorbereid.

- *En als het mislukt? Als ik niet sterf, maar in coma raak?*

Dat is natuurlijk het laatste wat u wilt. Het enige dat u van tevoren kunt doen, is ervoor zorgen dat er een wilsverklaring klaarligt, dat u een behandelverbod achterlaat en een volmacht waarin staat met wie contact moet worden opgenomen als u wordt gevonden. ←