

## WANNEER LANG LEVEN TÉ LANG LEVEN WORDT

Bij het overlijden van mijn schoonmoeder in 2019 in het woonzorgcentrum, reageerde Aline, haar buurvrouw, zeer emotioneel. Ze zei huilend: 'Ik wou dat ik weg was, net zoals jullie moe'.

Haar twee zonen kwamen dagelijks op bezoek, maar wat zat ze daar in godsnaam nog te doen. Het leven had niets meer in petto voor haar, ze was iedereen tot last. Ze wachtte op de dood die maar niet kwam.

Zoals Aline zijn er velen, ouderen die levensmoe zijn.

In zijn recent verschenen boek 'Kwetsbare waardigheid' hanteert de auteur Chris Gastmans\* de volgende omschrijving van levensmoeheid: *'Psychisch lijden van een persoon die door (een combinatie van) medische en/of niet-medische factoren geen of slechts gebrekkige levenskwaliteit (meer) ervaart en als gevolg daarvan de dood boven het leven verkiest.'*

Die toestand lijkt me een horrorscenario. Soms overvalt me een triestheid en maak ik me een voorstelling van hoe het moet zijn om in volle bewustzijn te beseffen dat je bijna niets meer kan doen, dat je voor een toiletbezoek afhankelijk bent van anderen, dat je wacht en wacht op familiebezoek, dat je je volstrekt nutteloos en betekenisloos voor anderen voelt.

Dankzij de geneeskunde is de levenskwaliteit voor ouderen er in het algemeen zeker op vooruitgegaan. We leven langer, chronische ziektes, ouderdomskaaltjes en kleinere fysieke ongemakken worden onder controle gehouden en verzacht.

Maar de keerzijde van deze vooruitgang werd en wordt weggemoffeld, zelfs ontkend. Er is de medische hardnekkigheid die ons opzadelt met ethische dilemma's. Bovendien, hoe langer we leven, hoe meer verlieservaringen we opstapelen.

Voor heel wat ouderen zijn deze lasten duidelijk te zwaar, ze belanden in een kantelmoment waarop ze de dood verkiezen boven het leven.

Chris Gastmans heeft in zijn boek het fenomeen van levensmoeheid bij ouderen vanuit de ethiek benaderd. Hij benadrukt het aspect 'verbondenheid' tussen mensen, zowel in kwetsbaarheid als in waardigheid. We zijn allen lotgenoten. Kwetsbaarheid is een rode draad in ons leven. We hebben altijd de anderen nodig voor zorg, aanmoediging en de spreekwoordelijke pluim op onze hoed. We hebben allemaal een levensverhaal en willen daarin erkend worden. En we willen een waardig leven, ons eigen hoogst individuele leven, tot op het einde. De auteur nodigt zorgverleners en mantelzorgers uit om deze verbondenheid voor ogen te houden in de omgang met ouderen die levensmoe zijn en geeft hiervoor handvaten vanuit zijn eigen praktijkervaring.

De campagne 'Kopzorgen Verdienen Zorg' van de Vlaamse Ouderenraad met als doel het psychisch lijden bij ouderen bespreekbaar te maken, is een schitterend initiatief dat aansluit bij de ethische bril die Gastmans ons voorhoudt.

Het lijden van ouderen speelt zich immers niet enkel af op het niveau van hun lichaam, maar evenzeer, of vaak nog veel meer, op relationeel, sociaal en spiritueel vlak. Erkenning van al deze vormen van lijden is erkenning van hun kwetsbaarheid én van hun menselijke waardigheid.

De interviews met de koplopers van het initiatief, mediafiguur Paula Sémer (intussen overleden) en ouderenpsycholoog Luc Van de Ven, zijn alvast een rake introductie tot deze problematiek.

De website van de campagne ( [www.kopzorgen.be](http://www.kopzorgen.be) ) is verzorgd en goed gedocumenteerd. Iedereen, ouderen, zorgverleners, mantelzorgers, kan een boodschap posten op het prikbord. Deze berichten worden niet alleen gelezen door een groter publiek, hun inhoud gaat mettertijd ook uitmonden in één of meerdere beleidsadviezen die zullen worden geformuleerd door de Vlaamse Ouderenraad.

Mieke

\*Gastmans, Chris, (2021) 'Kwetsbare waardigheid. Ethiek aan het begin en einde van het leven', Pelckmans. ISBN 978