

# Doornroosje

Er was eens een Doornroosje. Twintig lentes jong, met prachtige, lange blonde haren, een bleke, gave huid en betoverende, lange wimpers. De vredige slaap waarin ze vertoefde, was er één die geschiedde door immens veel pijn, rouw en verdriet. Haar jeugd was een hobbelig parcours geweest. De afwezigheid van haar ouders, die niet in staat waren haar genegenheid en liefde te geven, zorgde voor een onverteerbaar gemis.

Op een dag werd ze verliefd. Ze vond haar eerste, grote liefde, haar prins. Deze jongeman was in staat haar een geborgen gevoel te geven. Hij gaf haar ook een warme thuis bij zijn ouders. Een huis waar ruzies tot het verleden behoorden en er ruimte was voor veiligheid en rust. Haar zelfvertrouwen groeide en ze besloot om secundair onderwijs te gaan studeren. Iedere ochtend, bracht het liefje haar met de bromfiets naar school. Toen kwam de donkere dag, dat haar grote liefde werd aangereden door een wagen en ter plekke overleed. Haar wereld stortte in. Hoe innig zijn ouders haar ook omringden, haar verdriet bleef te rauw en onleefbaar. Zonder hem zag ze geen toekomst, geen leven. Het is 's avonds laat wanneer de ouders gestommel hoorden in haar kamer. De muziek die er speelde, stopte abrupt. Met de kabels van haar stereo, deed ze een poging om zich te verhangen. Het MUG-team kwam ter plaatse en de reanimatie werd ingezet.

Drie lange weken hielden we haar in een diepe slaap. Ter hoogte van de luchtpijn en keelholte was er zwelling aanwezig, deze verhinderde haar om zelfstandig te kunnen ademen.

Wanneer de ventilatie werd afgebouwd en de beademingstube verwijderd, kwamen bij mij de vragen. 'Zal ze op eigen kracht kunnen ademen?', 'Zal ze kunnen praten?', 'Gaat ze zich haar pijn en wanhoopsdaad herinneren?' Het was vechten voor artsen en verpleging om haar spontane ademhaling op gang te houden, maar het lukte. Dankzij de geslaagde reanimatie was er geen hersenbeschadiging. Tussen haar vele huilbuien door, waarin ze steeds weer overmand werd door verdriet, bleef ze dapper vechten. Vechten om te ademen. Strijden om toch in leven te blijven. Toen ik op een ochtend haar weelderige lokken borstelde, stelde ik haar voorzichtig 'de vraag'. Eén die ik nog nooit aan een patiënt had kunnen vragen, omdat tot dan, geen enkele zijn of haar poging tot zelfdoding overleefd had. Ze antwoordde dat ze spijt had en ze op het bewuste moment niet in staat was om helder na te denken.

Haar verblijf op intensieve zorgen duurde meer dan een maand. Toen ze de afdeling verliet, was het als hulpverlener moeilijk om deze kwetsbare jongedame los te laten. Ik kreeg later van haar een kaartje. Zo elegant en slank als zij was, zo was ook haar handschrift. 'Lien, bedankt voor de goede zorgen. Hopelijk komen we elkaar nog eens tegen. X' Op het kaartje stond een foto van een palmboomstrand in Costa Rica, genomen bij zonsondergang. Al jaren gebruik ik de kaart als bladwijzer. Iedere keer, wanneer ik mijn boeken open en sluit denk ik terug aan haar. Ze blijft voor altijd 'mijn Doornroosje'.

De Vlaamse zelfdodingcijfers behoren tot de hoogste van West-Europa. Onderzoek toont

aan dat er per 100.000 Vlamingen, jaarlijks 240 zelfdodingspogingen zijn – dat zijn er wel 40 per dag. In 2020 maakten 825 mensen een einde aan hun leven, 62 waren jonger dan 20 jaar. Zelfdoding op zich is geen ziekte, het is wel het gevolg van ziek zijn. Meer dan 90 procent van deze mensen blijken een voorgeschiedenis van psychische problemen te hebben. De meest voorkomende aanleidingen van (poging tot) zelfdoding zijn depressie, middelenmisbruik of een relatiebreuk. Zelden gaat het om een plotse bevlieging. Op een dag slaagt men er niet meer in om gedachten te ordenen en naar oplossingen te zoeken.

Er heerst nog vaak een gevoel van schaamte over zelfdoding. Men vraagt zich af of men dit had kunnen voorkomen. Anderen gaan dan weer op zoek naar een verklaring of men ontkent dat het zelfdoding was. Het stigma van de GGZ is nog steeds aanwezig. De behandelingen en therapieën zouden veel vlotter beschikbaar moeten gesteld worden en ook de wachttijden voor patiënten zijn nog steeds ellenlang. Tot slot: zelfdoding gaat niet om niet meer willen leven, maar om 'dit' leven niet meer willen. Het is vaak het einde van een fundamentele kwetsbaarheid en het volbrengen van het laatste waartoe men nog in staat is.

i

Heb je vragen over zelfdoding?

Bel 1813 of surf naar

[www.zelfmoord1813.be](http://www.zelfmoord1813.be)



## Lien De Metsenaere

### Intensieve zorg- en palliatief verpleegkundige

*Na 17 jaar werken op de ziekenhuis werkvloer besloot Lien De Metsenaere °1982, haar ervaringen uit de zorgsector te gaan neerpennen. Het werd een verzameling van waargebeurde verhalen met daarin een vaak kritische blik over het reilen en zeilen in de zorg en over bijzondere ontmoetingen met patiënten.*