

Hoe reageer ik als de dagen zijn geteld van jezelf of van je partner?

Als je op een dag te horen krijgt, dat jij of je partner niet lang meer te leven hebt, hoe reageer je dan?

Al de hieronder genoemde zaken zijn natuurlijk sterk afhankelijk van de toestand waarin de getroffene zich bevindt. Dit kan natuurlijk ook nog sterk veranderen naarmate de dagen of weken voorbij gaan.

Toen het onvermijdelijke einde van mijn echtgenoot was aangekondigd vroeg mij eens iemand, "Heb je dan niet het idee om eens flink er tegen aan te gaan, nog maar eens gruwelijk te genieten van de laatste levensdagen?"

Wel ik kan je uit ervaring zeggen dat je daar totaal geen behoefte aan hebt.

Als het bericht van een naderende dood hebt gekregen stort je hele wereld in.

Ongeloof, ontkenning, verbijstering!

Je hebt dan nergens meer zin in. Kwaadheid: "Waarom moet mij / ons dit overkomen!"

Ik denk dat wij de enige juiste beslissing hebben genomen.

Probeer gewoon door te leven en doe de dingen die je onder normale omstandigheden zou doen, nu ook.

Natuurlijk kan dat alleen als de lichamelijke toestand dit toelaat.

Je zult dan ervaren dat er toch nog van genieten sprake kan zijn.

Degene wiens dagen zijn geteld heeft veel behoefte aan aandacht en dus ook aan bezoek.

Dit kan weer extra belastend zijn voor de gezonde partner die het bezoek ontvangt voor koffie en thee moet zorgen. Afwassen, opruimen en mogelijk meer en meer taken moet overnemen van de partner.

De werk situatie van beide partners is van grote invloed op de komende periode.

Ook de financiële situatie is van groot belang.

Bedenk dat familie en vrienden niet goed weten wat ze moeten doen en niet weten hoe ze er mee om moeten gaan.

Hoe opener de zieke er zelf mee omgaat, des te gemakkelijker is dit voor alle betrokkenen.

Als je er openlijk over kunt praten (er mag natuurlijk best een traan vallen) des te gemakkelijker is het voor degene die je komt bezoeken.

Als je alleen maar loopt te jammeren en te klagen blijven bezoekers op een gegeven moment weg.

Praat veel met elkaar, laat niets onbesproken, dat is fijn voor degene die gaat overlijden maar ook voor de achterblijver(s) die later kunnen zeggen. "Alles is besproken, ik hoef niet meer te denken had ik maar dit of had ik maar zo!"

Degene die gaat achterblijven, zal zich vaak afvragen: "waarom doe ik dit eigenlijk nog?" Het antwoord is eenvoudig. Omdat je het ook zo gedaan zou hebben als je partner nog gezond was en je moet straks ook verder zonder je partner.

Ook na het overlijden van je partner moet je proberen het leven voort te zetten zoals je gewend was.

Dit valt verschrikkelijk zwaar, je wilt het liefste ook dood zijn maar je leeft, je moet verder!