



Het belang van fysiek afscheid nemen

‘Wie zegt me dat hij in die kist lag?’

In 2013 verloor Marja (52) haar partner Dennis na zelfdoding. Behalve de leegte die zijn dood achterlaat, heeft Marja er veel last van dat ze hem niet meer heeft mogen zien. Terwijl dit - achteraf bekeken - waarschijnlijk wel had gekund. “Ik wil andere mensen helpen met mijn verhaal, laten zien dat er vaak meer mogelijk is dan je denkt.”

“We waren vier jaar samen en zo gelukkig. Het klopte gewoon. Dennis was net gescheiden toen we elkaar op een feestje tegenkwamen. Ik was al wat langer alleen. We bleken veel raakvlakken te hebben. Serieus, maar ook van een geintje houden. Allebei kinderen. Wat ik ook zo mooi aan hem vond was zijn grote verantwoordelijkheidsgevoel richting zijn dochters. Een stabiele man. Ik had nooit kunnen bedenken dat er zoiets verschrikkelijks ging gebeuren.”

In april 2013 maakte Marja's partner een einde aan zijn leven. “Een kleine drie maanden voor zijn dood werd hij ineens depressief. Waardoor precies weet ik nog steeds niet. Wellicht had het met de overplaatsing van zijn werk te maken. Hij had moeite met veranderingen. Hij kon het in elk geval niet handelen. Hij werd stilletjes, piekerde veel, begon af te vallen terwijl hij normaal at en sliep op een gegeven moment bijna niet meer.”

Rollercoaster

“Vlak voor hij op zijn nieuwe locatie zou beginnen, stortte hij helemaal in. ‘Kun je me beloven dat je jezelf niks aan doet Dennis’, vroeg de huisarts tijdens een bezoek. Ik weet nog dat ik stomverbaasd was dat hij dat vroeg. Het was ook bijna niet te bevatten hoe snel hij achteruit ging. ‘Dat wil ik jullie niet aandoen’, antwoordde hij. ‘Ik heb alleen zo'n drang.’ Vanaf dat moment bleef er altijd iemand bij hem. Vlak voor zijn dood leek het iets beter te gaan en was hij af en toe weer even alleen. Op een vrijdagochtend zou hij met een vriend gaan zwemmen, maar is hij nooit gegaan.”

Marja's partner eindigde zijn leven door voor de trein te springen. “Het is echt, zoals ze zeggen, alsof de grond onder je voeten vandaan zakt. Het was ook direct een rollercoaster, met politie en al omdat het om een niet-natuurlijke dood ging. Wat ik wel direct voelde was de drang om hem te zien. Dat wordt wat moeilijk, gaf de politie aan. ‘Is ie nog te zien?’, vroeg ik. Bepaalde delen nog wel, gaven ze aan. ‘Dat wil ik’, zei ik. Vanaf dat moment focuste ik me daar helemaal op. Op een vreemde manier keek ik er naar uit. Ik ging ervanuit dat dat in het rouwcentrum kon. Maar toen de uitvaartverzorgster de volgende dag bij mij thuis kwam om de uitvaart te bespreken, begon hij daar helemaal niet over. En ikzelf ook niet, want ik was compleet verdoofd. Wellicht hebben andere familieleden mij - met de beste bedoelingen - willen beschermen voor de aanblik. En hebben zij samen besloten dat het beter was hem toch niet meer te zien. Maar dat had de uitvaartverzorgster wel met mij als directe naaste moeten bespreken. Want ik wilde dat wél heel graag. Toen Dennis op maandag van het mortuarium van het ziekenhuis naar het rouwcentrum werd overgebracht, was de kist echter dicht. Dat was verschrikkelijk. Ik ben nog even alleen bij de kist geweest en heb zitten morrelen om 'm open te krijgen, zó graag wilde ik hem zien.”

Onwerkelijk

“Voor mij is Dennis opgelost als een zeepbel. Zo onwerkelijk. Het gaat je voorstellingsvermogen te boven. Ik heb hem 's morgens gedag gekust en daarna nooit meer gezien.

Met eigen ogen

Fysiek afscheid nemen van een overleden naaste is belangrijk om het bewustzijn te laten registreren dat degene echt niet meer leeft. Zolang je dat niet met eigen ogen hebt gezien, is het bijna niet voor te stellen. Daarnaast is een laatste aanraking van groot belang. Er is zojuist iemand overleden van wie je houdt en het lichaam is een tastbaar iets waar je graag nog een laatste contact mee hebt. In het geval van zelfdoding wordt vaak geadviseerd de overledene niet meer te zien. De aanblik zou te traumatisch zijn bij een gewelddadige dood. Toch zijn er vaak meer mogelijkheden dan aanvankelijk gedacht. Een hand die nog toonbaar is bijvoorbeeld. Of herkenbaar gemaakt met behulp van specialistische technieken in de postmortale zorg. Als de overledene verder onder een laken verborgen blijft, kan het zien of voelen van deze hand heel troostrijk zijn. De herkenning neemt bovendien het ongeloof weg, waardoor je een heel ander begin van het rouwproces krijgt. Als er echt niet meer gekeken kan worden, kan vaak nog wel een plukje haar worden afgeknipt voor de directe familie.

Nog steeds denk ik soms dat hij zo binnen kan lopen. Of dat hij gewoon op de trein is gestapt en ergens anders verder leeft. Wie zegt me dat hij in die kist lag? Daar heb ik nog steeds last van. Achteraf gezien had ik natuurlijk gewoon naar het mortuarium van het ziekenhuis moeten gaan, waar Dennis indertijd naartoe is gebracht. Pas een jaar na zijn dood ben ik gaan onderzoeken waarom ik Dennis eerst wel en daarna niet meer mocht zien. Gewoon om erachter te komen waarom het is gegaan zoals het is gegaan. Daarvoor had ik de energie er niet voor. Ik was helemaal uit het veld geslagen. Sommigen zeiden tegen me: ‘Marja, probeer dit deel los te laten, herinner hem zoals hij was.’ Maar ik bleef met een onbevredigd gevoel zitten en besloot het mortuarium van het ziekenhuis te bellen.”

Via het ziekenhuis kwam Marja in contact met mortuariumbeheerder Cura Mortu Orum (CMO). “En dat contact heeft mij zo goed gedaan. Nog steeds. Een van de medewerkers, Lianne, ging direct uitzoeken waarom ik Dennis niet meer heb mogen zien. Ze kwam er alleen achter dat CMO pas een paar maanden na de dood van Dennis beheerder van het mortuarium was geworden. Zij konden me dus niet uit eerste hand vertellen hoe het was gegaan. Wel bracht ze me in contact met de GGD-arts die de schouw heeft gedaan. Helaas was dat niet zo'n prettig gesprek en heb ik geen antwoorden op mijn vragen gekregen.”

Reconstructies

“Door mijn gesprekken met Lianne ben ik er wel achter gekomen waarom er vaak voor gekozen wordt om nabestaanden niet meer te laten kijken. In haar ogen is het vaak onwettendheid over de mogelijkheden in de postmortale zorg, maar ook angst. En natuurlijk begrijp ik die overwegingen. Het kan ook traumatisch zijn om een overleden naaste te zien die ernstig verminkt is. Maar waar het mij om gaat is dat je als nabestaande uiteindelijk zélf de keuze mag maken. Familie van Dennis zei bijvoorbeeld: ‘Wij herinneren hem liever zoals hij was’. En dat is hun goed recht. Maar ik had hem nog heel graag willen zien. Al hadden ze alleen maar zijn hand zichtbaar gemaakt. Dan had ik nog wel zijn hand gezien, de hand die ik ken. Of een pluk van zijn mooie haar, dat was sowieso mogelijk geweest. In de postmortale zorg kunnen ze tegenwoordig ook zo veel met reconstructies. Ook dat weet ik

sinds ik met CMO in contact ben gekomen. Zij doen er dan ook alles aan om nabestaanden te informeren over de mogelijkheden van het laatste afscheid. Iets wat ik van harte ondersteun. Wellicht kom ik er nooit helemaal achter waarom ik Dennis eerst wel en later niet meer mocht zien. Maar ik weet nu wel hoe het had kunnen gaan. En daarom wil ik mijn verhaal delen. Als ik andere mensen hiermee kan helpen, is de dood van Dennis niet zo zinloos geweest.”

WIE BESLIST?

Het is altijd de familie die uiteindelijk beslist of zij hun overleden naaste nog willen zien. Dat is wettelijk zo bepaald. Het lichaam is van de nabestaanden. Het is dus niet aan de politie noch de uitvaartondernemer om te beslissen of iets niet meer kan of mag. Idealiter zou de communicatie met nabestaanden na zelfdoding als volgt moeten verlopen: de politie of forensisch arts vraagt aan de beheerder van het mortuarium of er nog een mogelijkheid is om afscheid te nemen. De politie of forensisch arts koppelt terug wat mogelijk en wenselijk is. Mocht de familie de naaste niet meer willen zien, maar hier later op terugkomen, dan kan de uitvaartverzorgster nog contact opnemen met de mortuariumbeheerder voor een opbaring. Uiteraard heeft de familie ook de keuze om de overleden naaste niet meer te willen zien.

SPECIALISTISCHE TECHNIEKEN

Door specialistische technieken in de postmortale zorg is er steeds meer mogelijk. Zo kunnen bijvoorbeeld stukjes haar naar kale plekken op het hoofd worden getransplanteerd zodat nabestaanden op een prettige manier afscheid kunnen nemen.