



# Sterven...hoe gaat dat?

Informatie voor mensen die gaan sterven en hun familie en vrienden

Als iemand gaat sterven is dat verdrietig, en vaak moeilijk en zwaar voor degene die gaat overlijden én voor zijn of haar familie en vrienden. Wat daar een beetje bij kan helpen, is informatie over hoe de stervensfase eruit kan zien.

Er zijn verschillen tussen sterven in het **ziekenhuis**, het **verpleeghuis**, het **hospice** of **thuis**.

Maar de onderwerpen die op deze infographic staan, horen op al deze plekken bij de stervensfase.



## Medicatie

Medicatie kan helpen bij het wegnemen van gevoelens van onrust, verwarring en pijn. Soms duurt het even om de juiste dosering te bepalen.



## Gesprekken met de zorgprofessionals

Blijf in de periode vóór en ook tijdens de stervensfase goed in gesprek met elkaar:



## Euthanasie

De voorbereidingen voor het inwilligen van een eventuele euthanasiewens kosten tijd (vaak meer tijd dan er in de stervensfase is.) Als er een euthanasiewens is, is het van belang dit zo vroeg mogelijk én regelmatig met de arts te bespreken.

## Lichamelijke veranderingen

Ieder mens is uniek, en dat geldt ook voor sterven: iemand sterft op een eigen unieke manier, tempo en tijd. Maar, er zijn wel lichamelijke verschijnselen en veranderingen die vaak in de stervensfase voorkomen:



DE STERVENSFASE BEGINT (SOMS) GELEIDELIJK...  
 HET KAN HET SLOT ZIJN VAN EEN PERIODE VAN ZIEKTE...  
 HET IS ONOMKEERBAAR, NOST SOMS TIJD & KAN MOEILIK EN ZWAAR ZIJN...



## Gevoelens en Manieren

Sterven roept veel verschillende gevoelens op. De tijd rond het sterven wordt vaak als heel betekenisvol ervaren. Iedereen heeft zijn eigen manier om met de dood om te gaan. Manieren vanuit een religie, cultuur of een gewoonte. Maar ook vanuit eerdere ervaringen met sterven en de dood.

## Samen zijn

Door dicht bij iemand die gaat overlijden in de buurt te blijven, kan diegene zich rustig en veilig voelen.