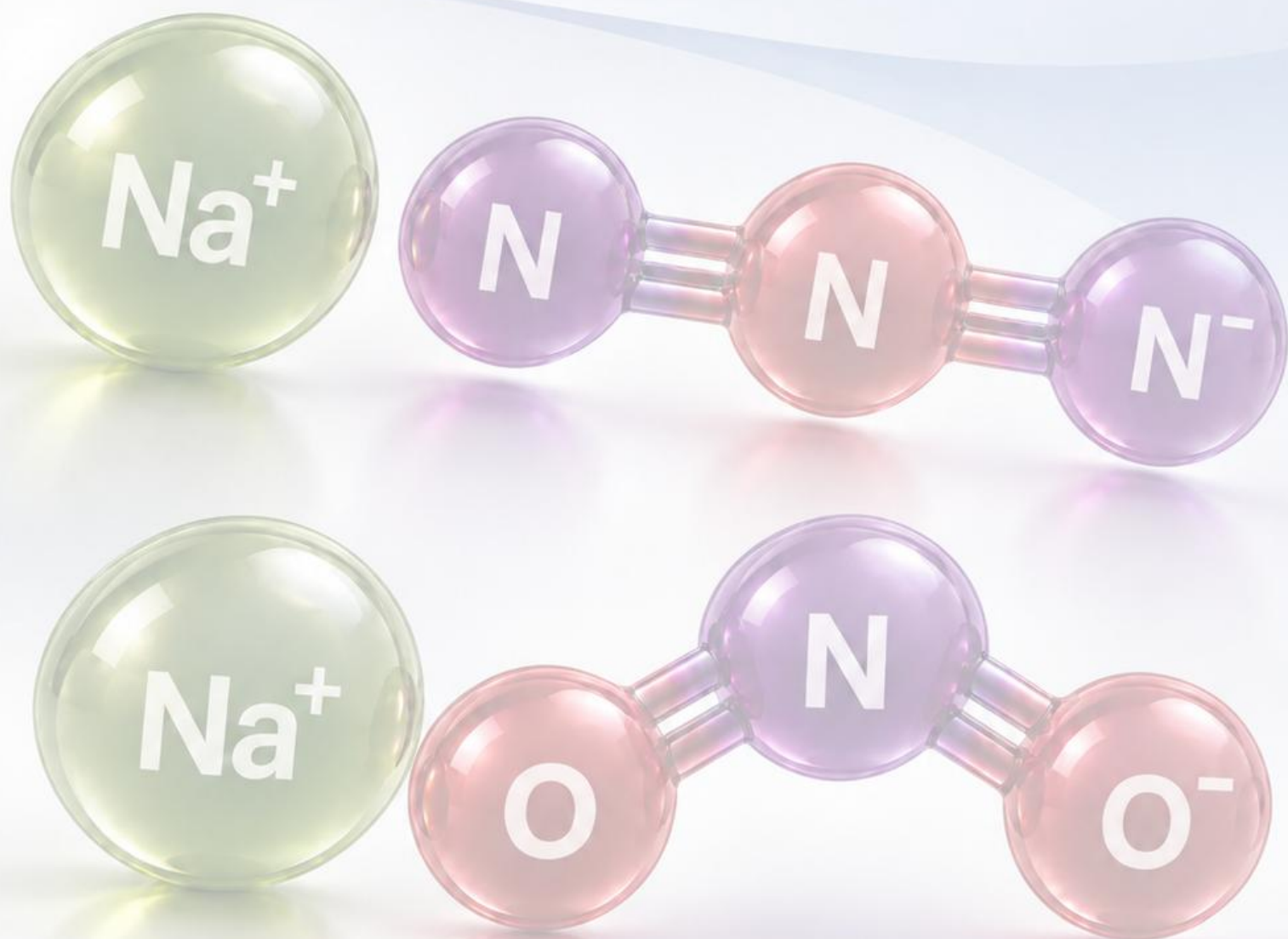


Informatiepakket Laatste Wil middelen

pré-medicatie en leefstijl schema



Hoofdstuk 1 PRÉ-MEDICATIE

PRE-MEDICATIE & LEEFSTIJL – Informatie bij voorgenomen gebruik van Laatste Wil Middel (LWM) natriumazide (middel X) & natriumnitriet (middel Y)

In het schema worden twee soorten pré-medicatie toegelicht:

Vrij verkrijgbaar bij drogist (zonder recept):

- Middelen tegen misselijkheid en braken
- Middelen tegen hoofdpijn
- Kalmerende middelen (stress verlagend)

Alleen op recept verkrijgbaar:

Voor medicatie tegen onwillekeurige bewegingen en spiertrekkingen zijn geen vrij verkrijgbare alternatieven beschikbaar. In lagere doses kunnen deze medicijnen ook stress verminderen en angst remmen. Dit document gebruikt de **generieke namen**, omdat merknamen kunnen veranderen en hetzelfde medicijn onder verschillende merknamen verkrijgbaar kan zijn.

1.1 Pré-medicatieschema (start 12 uur vóór inname LWM)

Het pré-medicatie schema volgt het bestaande euthanasieprotocol met een orale barbituraat zoals pentobarbital, en start dus óók 12 uur vóór inname van het LWM

Mogelijke bijwerkingen van het LWM (dan wel natriumazide of natriumnitriet

Bijwerkingen vóór het intreden van bewusteloosheid:

- Misselijkheid
- Braken
- Hoofdpijn

Bijwerkingen ná bewustzijnsverlies:

- Trekkingen in gezicht, romp of ledematen
- Onwillekeurige lichaamsbewegingen

Men gaat ervan uit dat deze bijwerkingen doorgaans niet merkbaar zijn voor de betrokkene zelf. En de inname van hoge dosis midazolam één kwartier voor de inname van het LWM en valium drie kwartier tot één uur voor inname van het LWM zou deze bijwerkingen zoveel mogelijk kunnen uitdoven. Deze bijwerkingen zijn natuurlijk voor naaste(n) confronterend.

1.2 Pré-medicatie uitproberen/testen

Het vooraf testen van medicatie kan inzicht geven in de werking en bijwerkingen. Hierbij gelden als aandachtspunten:

- Het testen van middelen tegen misselijkheid en hoofdpijn heeft mogelijk weinig merkbaar effect wanneer er geen klachten zijn.

- Het testen van kalmerende en stress verlagende medicatie heeft tot doel de mate van slaperigheid te ervaren. Bij het testen kan beoordeeld worden in hoeverre deze middelen alertheid & handelingsvaardigheid beïnvloeden die nodig zijn om het LWM in te nemen.

Testhoeveelheid midazolam 15 mg. Testhoeveelheid diazepam 10 mg.

Op de dag waarop het LWM wordt ingenomen, wordt doorgaans 60 mg midazolam of diazepam gebruikt. Midazolam wordt vijftien minuten vóór het LWM ingenomen; diazepam 45 tot 60 minuten ervoor. Op dat moment zijn alertheid en handelingsvaardigheid niet meer relevant. Soms wordt een wekker gebruikt.

1.3 Middelen ter voorkoming van misselijkheid en braken

Alléén op recept			Vrij verkrijgbaar alternatief		
Merknaam	Generieke of stof naam	Hoeveelheid per tablet*	Merknaam	Stofnaam	Hoeveelheid per tablet
Diverse	domperidon	10 mg*	suprimal®	meclozine	12,5 mg
Diverse	metoclopramide	10 mg**			
* Ook als zetpil of drank					
** ook als smelttabletten, drank en zetabletten					

In de 12 uur voorafgaand aan de inname van het LWM wordt doorgaans driemaal een dosis genomen:

- OFWEL **domperidon OF metoclopramide** → 1 tablet van 10 mg per keer
- OFWEL suprimal®: 2 tabletten van 12,5 mg per keer

1.4 Combinatie van middelen tegen hoofdpijn

Deze middelen zijn zonder recept verkrijgbaar.

Eén uur vóór inname van natriumazide, natriumnitriet dan wel gespaarde medicatie kan een combinatie worden gebruikt van:

- **OFWEL** 1000 mg paracetamol (2x 500 mg) **plus** 600 mg ibuprofen (3x 200 mg)
- **OFWEL** 500 mg naproxen (2x 250 mg)

1.5 Kalmerende/stress verlagende middelen

Kalmerende en stres verlagende middelen worden doorgaans verdeeld over drie innamemomenten in de twaalf uur voorafgaand aan het innemen van het LWM. Bij het gebruik van oxazepam kan worden gelet op het effect op helderheid en alertheid. Wanneer de vermindering van alertheid als te groot wordt ervaren om de eigen regie en handelingsvaardigheid rond het innemen van het LWM te behouden, kan een lagere dosis worden overwogen binnen het twaalf uren pre-medicatieschema.

Alleen op recept:

- oxazepam 10 mg

Vrij verkrijgbaar alternatief:

- valdispert 450 mg

Alléén op recept			Vrij verkrijgbaar alternatief		
Merknaam	Stofnaam	Hoeveelheid per tablet	Merknaam	stofnaam	Hoeveelheid per tablet
Diversen	oxazepam	10 mg	Valdispert	valeriaan	450 mg



1.6 Medicatie tegen onwillekeurige bewegingen en/of spiertrekkingen

Bijwerkingen van het LWM zoals onwillekeurige bewegingen en/of spiertrekkingen kunnen optreden na bewustzijnsverlies. Personen in de nabijheid van iemand die natriumazide inneemt, kunnen deze bijwerkingen waarnemen als onaangenaam of verontrustend. Hoge doseringen van bepaalde voorgeschreven medicijnen kunnen deze verschijnselen verminderen of mogelijk voorkomen.

Voorkeursmiddel:

- midazolam dosis: 60 mg (15 mg per tablet)

Alternatief middel:

- diazepam dosis: 60 mg (2, 5 of 10 mg)

Deze middelen worden doorgaans bij andere medische indicaties gebruikt in lagere doseringen, zoals bij slaapproblemen, epilepsie of angststoornissen. In dit kader worden hogere doseringen toegepast ter voorkoming van trekkingen en/of onwillekeurige bewegingen.

Alléén op recept: voorkeursmiddel			Alléén op recept: alternatief middel		
Merknaam	Stofnaam	Hoeveelheid per tablet	Merknaam	Stofnaam	Hoeveelheid per tablet
Diverse	midazolam	15 mg (60 mg nodig: dus 4 tabletten)	Diverse	diazepam	2, 5 of 10 mg (60 mg nodig)
Midazolam wordt normaal gesproken voorgeschreven bij ernstige slaapproblemen*, onrust, aanvallen van epilepsie en alcoholontwenning. Dan 15 mg of 7,5 mg direct voor het slapen gaan. * Met name als doorslapen lastig is.			Diazepam wordt normaal gesproken voorgeschreven bij angstgevoelens en gespannenheid, paniekstoornissen, slapeloosheid, alcoholontwenning, spierkrampen, epilepsie en onrust.		



1.7 Equivalente medicatie aan diazepam 10 mg

Middel	Sterkten per tablet	Totale dosis die rekenkundig $\approx$ 10 mg diazepam-equivalent is	Afgerond aantal tabletten (hele of halve tabletten)
alprazolam	1 mg	1 mg	1 tablet
bromazepam	10 mg	10 mg	1 tablet
clorazepinezuur	20 mg	13,3 mg	0,5 tablet
lorazepam	2,5 mg	2 mg	1 tablet
midazolam	15 mg	7,5 mg	0,5 tablet
nitrazepam	5 mg	10 mg	2 tabletten
oxazepam	10 mg	33,3 mg	3,5 tabletten
oxazepam	20 mg	33,3 mg	1,5 tabletten
oxazepam	50 mg	33,3 mg	0,5 tablet
temazepam	20 mg	20 mg	1 tablet
zolpidem	10 mg	10 mg	1 tablet
zopiclon	7,5 mg	7,5 mg	1 tablet

Verkrijgen van recept plichtige medicatie

Een enkele huisarts zal meewerken wanneer deze op de hoogte is van de situatie. De huisarts zal dan in het dossier opnemen dat er sprake is van klachten waar deze middelen normaal gesproken voor worden voorgeschreven.

1.8 Inname van natriumazide: hoeveelheid en voorbereiding

Volgens toxicologisch onderzoek is 1,4 gram al dodelijk. Recente inzichten suggereren dat een hogere dosering, bijvoorbeeld 3 gram, effectiever kan zijn om bijwerkingen te verminderen.

Bij natriumazide in capsulevorm dienen de capsules opengemaakt te worden. De natriumazide uit de capsules wordt opgelost in 50 ml water. Zodra de capsules zijn opgelost, wordt voor de drinkbaarheid 25 ml koud water toegevoegd. natriumazide is reactief op metaal. Daarom wordt bij roeren glas of hout gebruikt.

Hoofdstuk 2 LEEFSTIJL

Leefstijl schema:

- Avond voor inname van het LWM een lichte, vetarme maaltijd.
- Na middernacht nuchter (afgezien van paar slokjes water bij inname prémedicatie).
- s Morgens een lichte maaltijd (zoals een beschuit met jam of magere yoghurt, zonder vetrijke toevoegingen. *(zie ook schematabel bij punt 12)*)

De natriumazide dient vooraf opgelost te zijn en klaar te staan voor consumptie, vóór de inname van midazolam of diazepam, of equivalente medicatie. In het geval van diazepam kan een wekker worden



ingesteld op het geplande inname moment van de natriumazide. Midazolam treedt doorgaans binnen enkele minuten in werking; de inname van natriumazide volgt direct daarna.

2.1 Bevorderen van opname natriumazide,

Een hoge pH-waarde in de maag bevordert de opname van natriumazide. Hiervoor kan één uur van tevoren één theelepel natriumbicarbonaat (baking soda) opgelost in water of thee worden ingenomen. Dit middel is vrij verkrijgbaar.

2.2 Samenvatting van het pré-medicatie & leefstijl schema

Start: 12 uur vóór inname van het LWM → vier medicatie momenten vóór de inname van het LWM

Tijdstip inname pré-medicatie; dit schema gaat uit van inname van het beschikbare LWM (Laatste Wil Middel = natriumazide dan wel natriumnitriet om 09.00 uur)	Middelen tegen de misselijkheid en hoofdpijn	Rustgevende middelen & in hoge dosis dempen deze de onwillekeurige trekkingen & bewegingen
21.00 uur 's avonds (dat is twaalf uur vóór inname van het LWM)	Te kiezen middel; 1. Domperidon 10 mg 2. Metoclopramide 10 mg 3. Suprimal 25 mg (2 tbl)	Te kiezen middel; 1. Oxazepam 10mg 2. Valdispert 450 mg
03.00 uur 's nachts (dat is zes uur vóór inname van het LWM)	Domperidon 10 mg Dan wel: Metoclopramide 10 mg Dan wel: Suprimal 25 mg (2 tbl)	Oxazepam 10 mg Dan wel: Valdispert 450 mg
07.00 uur 's morgens (twee uur vóór inname LWM) klein vetvrij ontbijt → bv; een beschuitje met beetje jam en halvarine + thee of niet te sterke koffie		
07.30 uur 's morgens (anderhalf uur vóór inname LWM); 50 ml water, of thee, of limonade zonder prik aangelengd met 1 theelepel baking soda.		
08.00 uur 's morgens (dat is één uur vóór inname van het LWM)	Domperidon 10 mg Dan wel: Metoclopramide 10 mg Dan wel: Suprimal 25 mg (2 tbl) PLUS: tegen de hoofdpijn: Te kiezen; 1. Paracetamol 1000 mg + Ibuprofen 600 mg OF 2. Naproxen 500 mg	Tegen de onwillekeurige trekkingen: Te kiezen middel; 1. Midazolam 60 mg* Dan wel: 2. Diazepam 60 mg* (* dan wel een equivalent middel t.o.v. diazepam → zie schema elders)
Tussen 08.00 uur en 08.45 uur (vóór inname van het LWM om 09.00 uur) → eerste optie; 60 mg midazolam dan wel de tweede optie diazepam 60 mg ((* dan wel een equivalent middel t.o.v. diazepam → zie schema elders)		
Om 09.00 uur: Inname LWM opgelost in 50 ml water of aangelengde limonadesiroop dan wel andere heldere vloeistof zonder koolzuur naar smaak		

Bronvermelding

Openbare bronnen

- KNMG/KNMP-richtlijn uitvoering euthanasie en hulp bij zelfdoding (2021)
- *De Essentie – Handboek de Vredige Pil* (2025) – Friedrich Nitschke
- Digitale editie *Handboek de Vredige Pil*
- *Uitweg*, Chabot & Graafland (2024)
- Farmacotherapeutisch Kompas
- Apotheek.nl
- Terugblik van Els van Poppel op sterven met middel X (zie www.steungroepdappereburgers.nl)
- Achter de schermen bij het onderzoek naar de Condorzaak.
Interview met Dr. G.H.M. Counotte toxicoloog (ERT) Video 21 februari 2024 www.vpro.nl
(pagina Argos)

Bronnen bij de equivalentietabel diazepam → benzodiazepinen, zolpidem en zopiclon

Bronverantwoording. De equivalenties in de tabel zijn benaderingen en verschillen tussen publicaties. De tabel bevat specifieke keuzes en afrondingen die past bij een levenseinde in eigen regie; onderstaande bronnen zijn gebruikt voor vergelijking, controle en veiligheidscontext en vormen niet één uniforme consensus voor elke afzonderlijke waarde.

Bronnen

1. Richtlijndatabase. Omrekentabel naar diazepam [Internet]. Bron: Afdeling Psychiatrie, Leids Universitair Medisch Centrum. [geraadpleegd 26 sep 2026]. Beschikbaar via: https://richtlijndatabase.nl/gerelateerde_documenten/bijlage/2634/1/105/Omrekentabel%20naar%20diazepam.html
2. Belgisch Centrum voor Farmacotherapeutische Informatie (BCFI). Diazepam: Tabel 10. Werkingsduur en omschakelingstabel benzodiazepines en Z-drugs, versie 2021 [Internet]. Brussel: BCFI; [geraadpleegd 26 sep 2026]. Beschikbaar via: https://www.bcfi.be/nl/chapters/11?frag=7567&trade_family=37432
3. Specialist Pharmacy Service. Oral benzodiazepines and choosing equivalent doses [Internet]. NHS; bijgewerkt 2 jul 2025 [geraadpleegd 26 sep 2026]. Beschikbaar via: <https://sps.nhs.uk/articles/oral-benzodiazepines-and-choosing-equivalent-doses/>
4. Scottish Government Effective Prescribing & Therapeutics Division. Benzodiazepines and z-drugs: Quality prescribing - a guide for improvement. Switching to diazepam [Internet]. Right Decisions; [geraadpleegd 26 sep 2026]. Beschikbaar via: <https://www.rightdecisions.scot.nhs.uk/benzodiazepines-and-z-drugs-quality-prescribing-a-guide-for-improvement/reducing-stopping-and-switching/switching-to-diazepam/>
5. American Society of Addiction Medicine. Joint Clinical Practice Guideline on Benzodiazepine Tapering: Benzodiazepine Dose Equivalents [Internet]. 2025 [geraadpleegd 26 sep 2026]. Beschikbaar via: https://downloads.asam.org/sitefinity-production-blobs/docs/default-source/guidelines/benzodiazepine-tapering-2025/benzodiazepine-dose-equivalents.pdf?sfvrsn=bf0924f8_1

6. World Health Organization. Clinical Guidelines for Withdrawal Management and Treatment of Drug Dependence in Closed Settings [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2009 [geraadpleegd 26 sep 2026]. Beschikbaar via: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK310654/>
7. Zentiva. Zolpidem Tartrate 10 mg Tablets. Summary of Product Characteristics [Internet]. Electronic Medicines Compendium; bijgewerkt 26 nov 2025 [geraadpleegd 26 sep 2026]. Beschikbaar via: <https://www.medicines.org.uk/emc/product/3975/smpc>
8. Grindeks Kalceks UK. Zopiclone Grindeks 5 mg film-coated tablets. Summary of Product Characteristics [Internet]. Electronic Medicines Compendium; bijgewerkt 9 jun 2026 [geraadpleegd 26 sep 2026]. Beschikbaar via: <https://www.medicines.org.uk/emc/product/101509/smpc>
9. Isbister GK, O'Regan L, Sibbritt D, Whyte IM. Alprazolam is relatively more toxic than other benzodiazepines in overdose. Br J Clin Pharmacol. 2004;58(1):88-95. doi:10.1111/j.1365-2125.2004.02089.x. Beschikbaar via: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15206998/>
- Deze bronnenlijst documenteert de geraadpleegde literatuur en is geen zelfstandig doseer- of innameschema.*

Niet Openbare bronnen

- Casuïstiek: 40 getuigenissen van nabestaanden (2017–2025) – bekend bij CLW
Toxicologisch rapport natriumazide, Dr. G.H.M. Counotte toxicoloog (ERT) – Zwolle (2017) (op Ledenpagina www.laatstewil.nu)
- *Casuïstiek Stervensbuddyproject.*

Sodium Azide
Natriumazide (middel X)
[Na+].[N-]=[N+]=[N-]
NaN3

Sodium Nitrite
Natriumnitriet (middel Y)
[Na+].[O-]N([O-])=O
NaNO2

Blijf op de hoogte wanneer er updates verschijnen!
abonneer je op en op de nieuwsbrief van de stichting SDB

