



Dierbaar

Rouwen om een huisdier

Mensen die een huisdier hebben zijn daar vaak sterk aan gehecht en de meesten beschouwen hun dier als gezinslid. Het is dan ook niet verwonderlijk dat het overlijden van een huisdier een ingrijpende ervaring is. Nienke Endenburg is GZ-psycholoog, werkt daarnaast bij de Gedragkliniek voor Dieren van de faculteit Diergeneeskunde te Utrecht, en heeft zich gespecialiseerd in rouwbegeleiding van huisdiereigenaren.

TEKST TESSA LOUWERENS | FOTO NATIONALE BEELDBANK

Soms sterft het dier een natuurlijke dood, maar vaker moet de eigenaar besluiten tot euthanasie over te gaan. “Als dierenarts moet je zorgvuldig te werk gaan,” zegt Nienke, “niet alleen op medisch vlak maar ook op menselijk vlak. Dit moment is de laatste herinnering die een eigenaar aan het dier heeft. Een slecht verloop kan ertoe leiden dat iemand nooit meer een nieuw dier neemt of naar een andere dierenarts gaat. Daar staat tegenover dat een goed verlopen euthanasie klanten voor het leven oplevert.”

Zware beslissing

Euthanasie is voor veel mensen een zware beslissing. Vooral wanneer een dier geleidelijk achteruitgaat, is het voor een eigenaar moeilijk te bepalen wanneer het lijdt. De dierenarts kan hier objectief naar kijken en speelt een belangrijke rol in het bewaken van dierenwelzijn. Nienke: “Voor veel mensen is het een enorme opluchting als de dierenarts euthanasie voorstelt.”

Als de beslissing eenmaal is genomen, is het raadzaam bepaalde zaken alvast vooraf te

bespreken. Bijvoorbeeld wat er met het stoffelijk overschot moet gebeuren. Een ander punt is de rekening. Nienke heeft het gevoel dat dierenartsen het soms lastig vinden dit ter sprake te brengen. Nergens voor nodig, vindt ze. “Je kan dit gerust bespreken. Soms vinden mensen het fijn om alvast vooraf te betalen. Dan kunnen ze daarna gelijk naar huis en hoeven niet eerst zwaar geëmotioneerd aan de balie te pinnen.” Veel praktijken sturen enkele dagen na de euthanasie een condoleancekaart. De ervaring leert dat mensen dit erg op prijs stellen. Nabelen wordt volgens Nienke meestal ook gewaardeerd. “Op het moment van de euthanasie onthouden eigenaren nog niet de helft van wat er wordt verteld. Vaak zit iemand achteraf met vragen en twijfels. Zo’n telefoontje geeft dan rust.”

Kinderen betrekken

Nienke benadrukt het belang om kinderen bij de euthanasie te betrekken. Uiteraard is het vervelend een kind verdrietig te zien en sommige mensen proberen de pijn te verzachten door het huisdier even snel naar de dierenarts te brengen als het kind naar school is. Maar wat zeg je dan bij thuiskomst? “Het is voor een kind makkelijker te accepteren dat een dier dood is als het



weet wat er is gebeurd”, legt Nienke uit. “Kinderen zijn net kleine wetenschappertjes en als ze de kans krijgen, zullen ze je de oren van het hoofd vragen. Duidelijke, eerlijke antwoorden. Daar is het kind het meest bij gebaat.” De uitleg moet dan wel in begrijpelijke taal worden gegeven. Het woord ‘euthanasie’ is volgens Nienke voor kleine kinderen te moeilijk. Maar alternatieven zoals ‘inslapen’ of ‘een spuitje geven’ kunnen voor verwarring zorgen. Een kind gaat namelijk zelf ook ‘s avonds slapen en krijgt bij de dokter wel eens een spuitje. Kinderen kunnen hierdoor angstig worden. Nienke raadt aan het kind te vertellen dat we het dier ‘helpen met doodgaan’, bijvoorbeeld omdat het veel pijn heeft en niet meer beter zal worden.

Rouw

Bij het overlijden van een familielid krijgen nabestaanden te maken met verschillende stadia van rouw. Onderzoek heeft aangetoond dat mensen die erg gehecht waren aan hun dier, na de dood van hun huisdier soortgelijke stadia doorlopen. Dit wil volgens Nienke niet zeggen dat de dood van een huisdier hetzelfde is als het overlijden van een dierbare. Maar er zijn wel overeenkomsten.

Het rouwproces begint wanneer het duidelijk wordt dat het dier moet worden geëuthanaseerd. “Het is belangrijk dat mensen goed afscheid kunnen nemen”, aldus Nienke. “Geef iemand, indien mogelijk, de gelegenheid het dier nog even mee naar huis te nemen en lekker te verwennen of laat ze afscheid nemen in een aparte kamer in de praktijk.”

Wanneer het dier eenmaal is overleden, komen mensen in het crisisstadium. Sommigen raken zo over hun toeren dat ze praktisch in shock verkeren. Hoe lang dit stadium duurt, verschilt van persoon tot persoon. “Vaak kampen mensen met schuldgevoelens”, vertelt Nienke. “Ze vragen zich af of het dier misschien nog te redden was of dat het juist onnodig lang geleden heeft. Soms geeft een eigenaar de dierenarts de schuld. Goede communicatie tussen dierenarts en eigenaar is van groot belang.”

Ieder rouwt op zijn eigen manier. Nienke: “Uit onderzoek is gebleken dat mensen er gemiddeld acht maanden over doen om het verlies van een dier te verwerken.” Het maakt daarbij niet uit of je nu je hond of je kanarie bent kwijtgeraakt. “Hoe lang iemand rouwt is niet afhankelijk van de diersoort, maar van de band die de eigenaar met het dier had.”

Steun

De reactie van de omgeving is van groot belang voor het verwerkingsproces. Er heerst nog steeds een taboe op rouwen om een dier en volgens Nienke is dat jammer. “Eigenaren worden regelmatig geconfronteerd met een omgeving die zich moeilijk kan voorstellen dat het verdriet na een week of een maand echt nog niet voorbij is.”

Voor ieder mens verloopt dit verwerkingsproces anders en het is voor de omgeving moeilijk in te schatten hoe iemand het best gesteund kan worden. “Waar mensen vooral behoefte aan hebben, is een luisterend oor en begrip. Iemand bij wie ze maanden later nog steeds kunnen aankloppen.” Zonder iedereen gelijk over één kam te willen scheren, merkt Nienke dat er verschillen zijn tussen mannen en vrouwen. “Mannen tonen hun verdriet niet zo snel, dit wil niet zeggen dat ze het er minder moeilijk mee hebben.” Voor ouderen kan de dood van een dier extra zwaar aankomen. Soms was dit huisdier van de overleden partner en wanneer het dier overlijdt, vallen ook allerlei herinneringen aan die tijd weg. Het is dan net of iemand twee dierbaren verliest. “Vaak is de sociale kring beperkt, waardoor er niemand is om het verdriet mee te delen. Soms zijn medewerkers van de dierenkliniek de enigen met wie ouderen kunnen praten”, zegt Nienke.

Rouwbegeleiding

Het overlijden van een huisdier kan een diepe indruk achterlaten en het is belangrijk dat mensen zichzelf de ruimte geven om te rouwen. Het verlies van een huisdier kan extra moeilijk zijn als er tegelijkertijd andere

stressvolle gebeurtenissen plaatsvinden. Wanneer iemand niet goed afscheid heeft kunnen nemen of veel schuldgevoel heeft, kan dit leiden tot depressie. In dit soort gevallen kan professionele hulp noodzakelijk zijn. Nienke vertelt dat het merendeel van haar cliënten door de dierenarts is doorverwezen. “Dierenartsen voelen meestal goed aan wanneer iemand extra hulp nodig heeft. Met een verwijfsbrief van de huisarts wordt rouwbegeleiding over het algemeen, na aftrek van de eigen bijdrage, vergoed vanuit de basisverzekering.”

Rouwen dieren?

In de wetenschap is men voorzichtig met uitspraken over emoties bij dieren, uit angst zich schuldig te maken aan antropomorfisme. Rouw is een complex gevoel. Mensen ervaren niet alleen een schok omdat iemand dood is, maar zijn ook verdrietig omdat ze beseffen dat ze de ander voorgoed kwijt zijn. Of dieren hetzelfde ervaren en of ze beseffen wat dood inhoudt is moeilijk te zeggen. “Bij olifanten en chimpanzees is rouwgedrag waargenomen, maar er is verder weinig wetenschappelijk onderzocht op dit gebied. Toch zien we vaak gedragsverandering bij de dieren die in een huishouden overblijven”, vertelt Nienke. Volgens Nienke is het belangrijk dat dieren de gelegenheid krijgen afscheid te nemen. “Laat het achterblijvende dier indien mogelijk aanwezig zijn bij de euthanasie of achteraf nog even bij het overleden dier om eraan te snuffelen.”

Nieuw dier

Kort na het overlijden van hun dier willen de meesten er niet aan denken, maar de praktijk leert dat zeven van de tien mensen weer een nieuw huisdier nemen. Wat is een geschikt moment hiervoor? Hier is volgens Nienke geen eenduidig antwoord op.

“Wanneer iemand enorm opziet tegen het gemis kan ervoor gekozen worden alvast een ander dier in huis te nemen. Men moet wel beseffen dat niet ieder dier zit te wachten op een maatje. Ook moeten mensen zich realiseren dat een nieuw dier het oude nooit kan vervangen. Ieder dier heeft zijn eigen karakter en met de aanschaf van een nieuw dier zal het verdriet om het oude dier niet verdwijnen. Dit verlies moet eerst verwerkt zijn voordat een nieuwe band met een nieuw dier kan worden opgebouwd.”

Ouderen willen vaak geen nieuw huisdier aanschaffen omdat ze bang zijn eerder dan het dier te overlijden of in het ziekenhuis te belanden. Onderzoek wijst uit dat ouderen die een

HERDENKEN

Rond het overlijden van mensen bestaan veel rituelen en ook bij dieren zien we dit geleidelijk ontstaan. Afgelopen jaar vond zelfs de eerste dierenuitvaartbeurs plaats. “Mensen vinden het prettig hun dier op een speciale manier te herdenken en dierenartsen kunnen op deze wens inspelen”, zegt Astrid Wessels-Elsinghorst, dierenarts bij Dierenkliniek St. Anna 404 te Nijmegen. “Wij maken bijvoorbeeld een pootafdruk als aandenken. De reacties zijn over het algemeen heel positief. Mensen vinden het fijn iets tastbaars te hebben.”

Er zijn diverse manieren om het huisdier een waardig afscheid te geven. Zo kan de as van het dier worden verwerkt in een sieraad of in aarde waar een boom uit groeit. Ook bestaan er biologisch afbreekbare cocons die geschikt zijn om het dier in de tuin te begraven. Via stichting proefdiervrij kan een dierendonorcodicil worden afgesloten. Op die manier kan het huisdier iets betekenen voor de wetenschap en helpen proefdiergebruik terug te dringen. Voor meer informatie zie onderstaande websites:

- Dierenuitvaartbeurs: <http://www.memories-forever-beurs.com/>
- As-sieraden: <http://www.huisdiergedenken.nl/product-categorie/assieraden/honden-assieraad/>
- Boom: <http://www.living-forever.be/>
- Cocoons: <http://www.vitaux.nl/producten.html> van <http://www.dust2dust.nl/>
- Dierendonorcodicil: <http://proefdiervrij.nl/onderwijs/dierdonorcodicil/>

huisdier hebben, langer zelfstandig blijven wonen. Een huisdier biedt gezelschap en zorgt ervoor dat iemand actiever blijft en meer aanspraak heeft. Nienke: “Juist voor ouderen is het goed om, mits ze daartoe in staat zijn, weer een nieuw dier te nemen. Niet per se een pup maar wellicht een ouder dier. Er kunnen afspraken worden gemaakt met familie en vrienden over wat er met het dier moet gebeuren mocht de eigenaar er niet meer voor kunnen zorgen. De dierenkliniek kan hier eventueel ook in bemiddelen.”

Rouw is een natuurlijk proces dat tijd nodig heeft, maar ook bij het leven hoort. Het overlijden van een huisdier gaat gepaard met verdriet, woede, ontkenning, schuldgevoel maar uiteindelijk ook acceptatie. Pas daarna is er weer ruimte om een nieuw dier in het hart te sluiten. ●