Bewust stoppen met eten en drinken

Soms kiest iemand ervoor om niet meer te eten en drinken om zo het levenseinde te versnellen.

Wat gebeurt er als u bewust stopt met eten en drinken?

Als u niet eet, verdwijnt uw hongergevoel na enkele dagen. Meestal heeft u geen dorst. Het is wel belangrijk om uw mond goed te verzorgen. Houd uw mond vochtig en vet de lippen in.

U wordt vermoeider en zwakker, en u gaat steeds meer tijd in bed doorbrengen. Geleidelijk aan wordt u steeds slaperiger en verliest u uiteindelijk uw bewustzijn.

De periode daarna verloopt per persoon verschillend en duurt vaak niet langer dan 1 of 2& weken.

- Omdat u steeds in bed ligt, kunt u soms pijnklachten krijgen. Hiervoor krijgt u medicijnen tegen de pijn.
- Ook kunt u verward raken (delier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/adviezen-voor-naasten-van-patienten-met-een-delier)). Door uw verwardheid kunt u toch om eten en drinken vragen. Het is daarom belangrijk dat uw naasten, de arts en de verpleegkundige op de hoogte zijn van uw wensen.

De laatste fase verschilt weinig van de stervensfase (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/de-stervensfase) van patiënten die overlijden door een ernstige ziekte.

Direct of geleidelijk stoppen met eten en drinken?

Meestal kunt u snel of zelfs direct stoppen met eten.

Voor het stoppen met drinken bestaat geen algemeen advies. Sommige mensen willen van de ene op de andere dag direct stoppen met drinken. Anderen geven er de voorkeur aan dit geleidelijk te doen.

Hoe lang duurt het voor u gaat overlijden?

Hoe lang het duurt voordat u overlijdt, hangt af van uw lichamelijke toestand en van de hoeveelheid die u mogelijk nog drinkt. De helft van de patiënten overlijdt binnen 13 dagen na het stoppen met eten en drinken.

U heeft zelf ook enige invloed op de tijdsduur. Als u besluit om toch iets te drinken (meer dan een half kopje per dag), dan kunt u hiermee het proces vertragen. De periode tot overlijden kan dan enkele weken tot maanden duren.

Wat doet u met uw medicijnen?

In overleg met uw arts stopt u met het innemen van uw medicijnen. U blijft wel de medicijnen gebruiken die bedoeld zijn om uw klachten te verlichten. Uw arts kan hiervoor ook nog medicijnen voorschrijven.

Wie beslist er over het stoppen met eten en drinken?

U bent de enige die dit besluit kan nemen. Als uw besluit genomen is, mag u hier altijd op terugkomen. Dit gebeurt in de praktijk bij 1 op de 6 mensen. Als u op uw besluit wilt terugkomen, respecteren wij dit altijd, als u hier goed over hebt nagedacht en u dit

niet aangeeft uit verwardheid.

Het is belangrijk dat u uw wensen bespreekt met uw naasten, de arts en de verpleegkundige, mocht u zelf niet meer in staat zijn om uw wensen te verwoorden. Ook kunt u deze wensen op papier zetten in een wilsverklaring. Als u aangeeft geen hulp te willen in de vorm van het toedienen van vocht of voeding, dan mag de verpleegkundige dit ook niet geven. Ook niet als anderen, bijvoorbeeld uw naasten, hierom vragen.

Is stoppen met eten en drinken zelfdoding of euthanasie?

Bewust afzien van eten en drinken geeft een natuurlijke dood. Het is dus geen vorm van zelfdoding of euthanasie.

Wat betekent het bewust stoppen met eten en drinken voor uw naasten?

Uw naasten kunnen in deze tijd nadenken over praktische zaken die geregeld moeten worden.

Verder kan het voor uw familie een tijd zijn om met elkaar afscheid van u te nemen. Vaak gebruiken mensen de tijd om elkaar verhalen te vertellen, waarbij er gehuild maar ook gelachen wordt.

Wanneer wordt het afgeraden om te stoppen met eten en drinken?

Het versnellen van het levenseinde door te stoppen met eten en drinken raden we af voor mensen die jonger zijn dan 60 jaar en geen levensbedreigende ziekte hebben. In dat geval zijn dorst en andere symptomen vaak meer aanwezig.

Heeft u nog vragen?

Blijf daar dan niet mee zitten. U kunt uw vragen met de arts of verpleegkundige bespreken.

Code ALG-105

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis