

## I stedet for Fenemal kan nedenstående medikamenter anvendes

### Blodtryksmedicin, hjertemedicin, midler mod migræne og rysten på hænderne

*Metoprolol* (fås som **Bloxazoc**, **Metoprolol**, **Metoprololsuccinat "Hexal"**, **Metoprololsuccinat "Orion"**, **Metoprololsuccinat "Teva"**, **Mepronet**, **Metocar**, **Metomylan**, **Seloken**, **Selo-Zok** og **Zok-Zid**). Der kræves 10 g, dvs. 50 tabletter á 200 mg, 100 tabletter á 100 mg eller 200 tabletter á 50 mg). Hvis pillerne er små, behøver du ikke at knuse dem. Ligesom med Fenemal indtages kvalmemiddel en time før, derefter al *metoprolol*, men desuden til sidst en halv snes almindelige sovepiller (**Apozepam**, **Stesolid**, **Halcion**, **Midazolam**, **Nitrazepam**, **Zopiclone** eller lignende) og alkohol som supplement. Sovepillerne er ikke særlig giftige, men de gør at man falder i søvn, og *metoprolol* sørger for at man ikke vågner igen.

### Morfin

Der kræves mindst 30 morfintabletter á 10 mg (300 mg i alt) og en halv snes sovepiller. Fremgangsmåden er den samme som med metoprolol (se ovenfor), altså kvalmemiddel en time før, derefter al morfin, men desuden til sidst sovepiller og alkohol som supplement.

Sovemidlet *zopiclon* (**Zopiclone**, **Imovane**, **Imoclone** og **Imozop**) er særlig velegnet som supplement fordi det forstærker morfins giftighed betydeligt.

Vi gør opmærksom på at hvis man er vant til at indtage morfinmedikamenter, kræves der større doser, mindst 50 % ekstra.

### Morfinlignende stoffer

*Oxycodon* (fås som **Oxycodone**, **Oxycodonhydrochlorid**, **Orionox**, **Oxycontin**, **Oxynorm**, **Reltebon** og **Targin**) er kraftigere end morfin. Der bør dog i alt indtages mindst 300 mg. Hvis det drejer sig om depottabletter, indtræder virkningen langsommere, og det vil være en fordel at supplere med en ordentlig dosis sovepiller.

*Tramadol* (fås som **Tramadol**, **Dolatramyl**, **Dolol**, **Gemadol**, **Mandolgin**, **Nobligan**, **Tadol** og **Tradolan**) omdannes i kroppen delvis til morfin. Der bør indtages mindst 60 kapsler á 50 mg (3 g i alt). Hvis det drejer sig om depottabletter, indtræder virkningen langsommere, og det vil være en fordel at supplere med en ordentlig dosis sovepiller.

*Metadon* (fås som **Metadon DAK** og **Methadon Alternova**) tabletter á 5 mg og tabletter á 20 mg. Der kræves mindst 3,4 g altså 170 tabletter á 20 mg.

Sovemidlet *zopiclon* (fås som **Zopiclone**, **Imovane**, **Imoclone** og **Imozop**) er særlig velegnet som supplement fordi det forstærker morfinstoffers giftighed betydeligt.

Vi gør opmærksom på at hvis man er vant til at indtage medikamenter af den art, kræves der større doser, mindst 50 % ekstra.

## Hostemedicin

*Kodein* (fås som ***Kodein Alternova***, ***Kodein DAK*** og ***Kodein SAD***) tabletter á 25 mg. Der kræves mindst 50 tabletter. Ligesom med morfin indtages kvalmemiddel en time før, derefter al *Kodein* og til sidst en halv snes sovepiller (gerne zopiclon) sammen med alkohol.

Kodein er beslægtet med morfin, og vi gør opmærksom på at hvis man er vant til at indtage medikamenter af den art, kræves der større doser, mindst 50 % ekstra.

## Middel mod gigt og malaria

*Hydroxychloroquin* (fås som ***Plaquenil***). Der kræves mindst 25 tabletter á 200 mg. Ligesom med morfin indtages kvalmemiddel en time før, derefter al *Plaquenil* og til sidst en halv snes sovepiller sammen med alkohol.

## Middel mod svimmelhed

*Dimenhydrinat* (fås som ***Arlevert Komb.***) tabletter á 20 eller 40 mg. Der kræves mindst 3 gram i alt, altså 150 tabletter á 20 mg eller 75 tabletter á 40 mg. Ligesom med de andre stoffer indtages kvalmemiddel en time før, derefter al *Arlevert* og til sidst en halv snes sovepiller sammen med alkohol.

## Middel mod åndenød

*Theophyllin* (fås som ***Theo-dur*** og ***Unixan***) tabletter á 200, 300 eller 400 mg. Der kræves mindst 10 gram, altså 50 tabletter á 200 mg, 34 tabletter á 300 mg eller 25 tabletter á 400 mg. Ligesom med de andre stoffer indtages kvalmemiddel en time før, så al *theophyllin* og straks derefter en halv snes sovepiller sammen med alkohol.

## ”Sikkerhed”

Alle medikamenter er giftige i en eller anden grad. Man kan sige at det kun er et spørgsmål om dosis. Men hvor meget skal der til? Ingen ønsker at vågne op igen.

Der er stor forskel på folk. Vi er ikke alle sammen lige følsomme over for et medikament. Ifølge sagens natur er der ikke udført videnskabelige forsøg som viser hvor stor en stofmængde der med sikkerhed vil være dødelig for alle mennesker. Det er ikke engang gjort med forsøgsdyr (heller ikke for Fenemals vedkommende). Vi er derfor nødt til at foretage et skøn på grundlag af de oplysninger vi har kunnet fremskaffe.

Den dosis vi anbefaler, er altså ikke nødvendigvis 100 % sikker, men vi ville selv vælge den. Hvis du er meget bange for at vågne op igen, anbefaler vi at du supplerer det medikament, du har valgt, med yderligere et andet af ovennævnte medikamenter. Stofblandinger må anses for at være særlig giftige. Og husk så alkohol og rigeligt med sovepiller.

Hvis du mod forventning skulle være så uheldig at vågne op igen, håber vi at du vil lade høre fra dig så vi kan få opskriften forbedret.

## **Hvorfor denne liste?**

Når myndigheder ikke vil tage ansvar, må menigmand, "folkedybet", selv gøre det. Den slags er set mange gange i historien. Vi har besluttet at gennemgå giftigheden af medikamenter som benyttes almindeligt i dag og føre dem på listen efterhånden som deres egenskaber afklares og de er fundet egnede (det er et stort arbejde).

Der er tre hovedformål: 1) Listen giver folk mulighed for selvbestemmelse og (næsten) uafhængighed. 2) Den fritager dem for de traditionelle dramatiske og lidelsesfyldte selvmordsmetoder som selvmutilering med stikkende og skærende redskaber, langsom hængning fra loftsbjælker, kasten sig ud fra højder eller foran tog eller biler, drukning, selvskydning, fingerede trafikulykker (med fare for andre), pilleoverdosering og indtagelse af tvivlsomme gifte. 3) Listens blotte eksistens bør få politikerne til at forstå at der ikke er nogen vej uden om lovliggørelse af assisteret selvmord hvis det skal foregå under kontrollerede former.

For en ordens skyld bør nævnes at listen kun rummer oplysninger som enhver i forvejen kan finde på internettet eller via biblioteket. Vi har bare sammenstillet dem. Og der er (indtil videre) kun tale om receptpligtig medicin.

Vi foreslår at du gemmer denne liste for det tilfældes skyld at vor hjemmeside af en eller anden grund skulle blive lukket. Da listen løbende revideres, er det dog klogt at have den nyeste version.

*Denne version er revideret 18. august 2017*