

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ Ή ΤΟΝ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΙΣ ΤΕΛΕΥΤΑΙΕΣ ΗΜΕΡΕΣ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

Οι γιατροί και οι νοσοκόμες θα σας έχουν εξηγήσει ότι παρουσιάστηκε μια αλλαγή στην κατάσταση του μέλους της οικογένειάς σας ή του φίλου σας. Πιστεύουν ότι το πρόσωπο που φροντίζετε τώρα πεθαίνει και διανύει τις τελευταίες ώρες ή μέρες της ζωής του. Οι παρακάτω πληροφορίες μπορεί να σας βοηθήσουν κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου.

Εσείς και το μέλος της οικογένειας ή το φιλικό σας πρόσωπο θα συμμετέχετε σε συζητήσεις σχετικά με το σχέδιο της φροντίδας του με σκοπό να κατανοεί ο καθένας τους λόγους για τους οποίους παίρνονται αποφάσεις. Εάν η κατάσταση του μέλους της οικογένειάς σας ή του φιλικού σας προσώπου βελτιωθεί, τότε το σχέδιο της φροντίδας θα επανεξεταστεί και θα τροποποιηθεί ανάλογα με τις ανάγκες που προκύπτουν.

Επικοινωνία

Κάνοντας ερωτήσεις: Καταλαβαίνουμε ότι αυτή είναι μια περίοδος ανησυχίας και έντονων συναισθημάτων. Οι γιατροί και οι νοσοκόμες θα σας ζητήσουν τα στοιχεία επικοινωνίας σας, αφού η διαρκής ενημέρωσή σας αποτελεί προτεραιότητα. Εάν έχετε οποιεσδήποτε ερωτήσεις, ασχέτως του πόσο σημαντικές ή ασήμαντες νομίζετε ότι μπορεί να είναι ή πόσο απασχολημένο μπορεί να φαίνεται το προσωπικό, μιλήστε τους. Αν θα θέλατε να δείτε έναν κοινωνικό λειτουργό ρωτήστε το προσωπικό.

Βοηθώντας το προσωπικό να σέβεται τις επιθυμίες του μέλους της οικογένειάς σας ή του φιλικού σας προσώπου σχετικά με τη φροντίδα του

Γνωρίζοντας τις προσωπικές επιθυμίες, τις πολιτιστικές ή πνευματικές ανάγκες: Θα θέλαμε να σεβαστούμε συγκεκριμένες προσωπικές επιθυμίες που αφορούν τη φροντίδα. Θα προσπαθήσουμε επίσης να βοηθήσουμε ώστε να οργανώσετε την κάλυψη ειδικών πολιτισμικών ή θρησκευτικών αναγκών που μπορεί να έχετε εσείς και η οικογένειά σας. Παρακαλούμε να μας ενημερώσετε αν υπάρχει κάτι που μπορούμε να κάνουμε.

Προσωπικές επιθυμίες για τον χώρο όπου παρέχεται η περίθαλψη: Μερικοί άνθρωποι έχουν ξεκάθαρη γνώμη για το πού θα ήθελαν να περάσουν τις τελευταίες ημέρες της ζωής τους. Εάν το μέλος της οικογένειας ή το φιλικό σας πρόσωπο τυχόν θελήσει να μετακινηθεί, ρωτήστε σχετικά το προσωπικό τώρα. Ο γιατρός θα πρέπει να αξιολογήσει αν αυτό είναι δυνατό ή όχι. Μήπως θέλει να πάει σπίτι; (Αυτό περιλαμβάνει και επιστροφή σε Ίδρυμα Φροντίδας Ηλικιωμένων ή Γηροκομείο.) Η μετάβαση σε ένα τοπικό νοσοκομείο που είναι πιο κοντά στο σπίτι ή την οικογένεια μπορεί επίσης να είναι μια επιλογή. Μερικές φορές μπορεί

να προσφέρεται περίθαλψη σε Μονάδα Ανακουφιστικής Φροντίδας αν συμπτώματα, όπως ο πόνος, είναι δύσκολο να ελεγχθούν.

Άνεση: Η άνεση είναι πολύ σημαντική. Παρακαλείστε να ενημερώσετε το προσωπικό αν νομίζετε ότι το άτομο δεν αισθάνεται άνετα. Μπορείτε να υποστηρίξετε την περίθαλψη που παρέχεται στο μέλος της οικογένειας ή το φιλικό σας πρόσωπο με σημαντικούς τρόπους, όπως περνώντας χρόνο μαζί του, αναπολώντας αναμνήσεις, φέρνοντας νέα από την οικογένεια και τους φίλους ή απλά κρατώντας του το χέρι.

Φάρμακα: Μπορεί να γίνονται συχνά αλλαγές σε φάρμακα, έτσι ώστε το άτομο να είναι όσο πιο άνετα γίνεται. Φαρμακευτική αγωγή για να βοηθήσει στον έλεγχο προβλημάτων που μπορεί να προκύψουν, όπως ο πόνος ή η δύσπνοια, θα δοθεί μόνο όταν είναι απαραίτητο, και μόνο όσο χρειάζεται για να βοηθήσει.

Φροντίζοντας τον εαυτό σας: Η φροντίδα κάποιου που πεθαίνει μπορεί να είναι μια κουραστική και αγχωτική περίοδος. Μπορεί να εμφανιστούν συναισθήματα που αναστατώνουν, όπως θλίψη ή αγωνία. Η διαχείριση όλων των πληροφοριών και των αποφάσεων, καθώς και οι επαφές με άλλα μέλη της οικογένειας, μπορεί επίσης να προκαλέσουν μεγαλύτερη στενοχώρια. Η συνομιλία με νοσοκόμες, έναν ειδικό σύμβουλο ή κοινωνικό λειτουργό μπορεί να βοηθήσει. Οι υπάλληλοι που παρέχουν ποιμαντική φροντίδα είναι διαθέσιμοι για να συμβάλουν στην υποστήριξή σας και για οποιεσδήποτε πνευματικές ή θρησκευτικές ανάγκες.

Αλλαγές που μπορεί να συμβούν πριν από το θάνατο και εισηγήσεις για τους φροντιστές

Μειωμένη ανάγκη για τροφή και ποτά: Μπορεί να παρατηρήσετε ότι η λήψη τροφής και ποτών δεν είναι πια ανεκτή. Αυτό είναι φυσιολογικό και ένα άτομο θα παραμείνει άνετα αν τα χείλη και το στόμα του διατηρούνται υγρά με αλοιφή για τα χείλη (lip balm) και υγρές κομπρέσες για το στόμα (mouth swabs).

Κρατήστε τα χείλη και το στόμα ενυδατωμένα με αλοιφή χειλιών και κομπρέσες εμποτισμένες με νερό. Ρωτήστε τη νοσοκόμα αν μπορείτε να δώσετε μικρές γουλιές νερό, ή παγάκια με ένα κουτάλι αν το άτομο είναι ακόμα σε θέση να καταπιεί.

Περισσότερος ύπνος: Το άτομο συχνά κοιμάται περισσότερο και πιθανόν να μην μπορεί να ξυπνήσει εύκολα. Μπορεί να έχει διανοητική διαύγεια για ένα μικρό χρονικό διάστημα πριν κοιμηθεί και πάλι.

Ανησυχία και σύγχυση: Το άτομο μπορεί να συγχύζεται και να γίνεται όλο και πιο ανήσυχος. Αυτή η σύγχυση μπορεί να λάβει τη μορφή αναστεναγμών, να φωνάζει ή να προσπαθεί να σηκωθεί από το κρεβάτι. Τα φάρμακα μπορεί να βοηθήσουν να διατηρείται το άτομο άνετα. Παρακαλούμε να μιλήσετε με το προσωπικό αν έχετε οποιοσδήποτε ανησυχίες.

Συχνά βοηθά να μένει κοντά του κάποιος γνωστός, ιδιαίτερα τη νύχτα. Μιλάτε χαμηλόφωνα και ήρεμα και διατηρείτε το φωτισμό απαλό.

Αναπνοή και αυξημένες εκκρίσεις: Οι αλλαγές στον ρυθμό αναπνοής είναι συχνές, παρουσιάζοντας μεταξύ άλλων και μια αλληλουχία όπου πολλές βαθιές αναπνοές ακολουθούνται από μια παύση στην αναπνοή. Η συσσώρευση σάλιου και βλέννας μπορεί να προκαλέσει έναν ήχο σαν 'ρόγχο'. Οι αλλαγές στην αναπνοή και ο ήχος δεν ενοχλούν συνήθως το πρόσωπο που πεθαίνει. Αυτά είναι συχνά πιο οδυνηρά στους φροντιστές.

Η χορήγηση φαρμάκων μπορεί να βοηθήσει ώστε να στεγνώσουν αυτές οι εκκρίσεις. Η αλλαγή θέσης μπορεί επίσης να βοηθήσει το άτομο.

Κυκλοφορία του αίματος: Τα χέρια και τα πόδια του ατόμου μπορεί να αισθάνονται κρύα, να εμφανίζουν στίγματα και να έχουν ελαφρώς μπλε χρώμα. Το άτομο είναι συνήθως άνετο και αγνοεί αυτές τις αλλαγές.

Δεν υπάρχει κανένας λόγος να γίνεται θεραπεία για οποιοσδήποτε από αυτές τις αλλαγές. Παρά το γεγονός ότι το άτομο μπορεί να αισθάνεται κρύο στην αφή, συχνά δεν ανέχεται πολλές κουβέρτες. Χρησιμοποιείτε ελαφρές κουβέρτες και κρατάτε το δωμάτιο σε άνετη θερμοκρασία.

Προσωπική φροντίδα και αλλαγή θέσεων στο κρεβάτι: Το γύρισμα από την μια πλευρά στην άλλη ή η μετακίνηση του προσώπου στο κρεβάτι μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη των πληγών από πίεση, του πόνου και της δυσκαμψίας που παρουσιάζονται όταν κάποιος μένει ξαπλωμένος σε μία θέση για πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα και είναι σημαντικό οι νοσηλευτές να συνεχίζουν να το κάνουν αυτό. Η φροντίδα του στόματος και των ματιών είναι επίσης σημαντική ώστε να παραμένει το άτομο άνετα. Μερικές φορές ένας σωλήνας (καθετήρας) εισάγεται στην ουροδόχο κύστη για να ανακουφίσει την αίσθηση πληρότητας της κύστης, αλλά για τους περισσότερους ανθρώπους η ροή των ούρων μειώνεται ή σταματά.

Πρέπει να καταλάβετε ότι το γύρισμα από την μια πλευρά στην άλλη εξακολουθεί να είναι απαραίτητο, ακόμα και όταν ίσως διαταράζει την ησυχία του ατόμου.

Επίγνωση του πόσο θα ζήσει ακόμα ένα άτομο

Τα περισσότερα μέλη της οικογένειας και οι στενοί φίλοι θέλουν να γνωρίζουν ακριβώς πόσο καιρό θα ζήσει το άτομο. Είναι αδύνατο να προβλέψουμε με ακρίβεια πόσο καιρό θα ζήσει κάποιος. Μερικοί άνθρωποι σταματούν να ξυπνούν λίγες ημέρες πριν από το θάνατο, όμως, άλλοι μπορεί να πεθάνουν εντελώς ξαφνικά ή ακόμα να παραμένουν ξύπνιοι σε κάποιο βαθμό μέχρι την στιγμή που θα πεθάνουν.

Στοιχεία Επικοινωνίας

