

임종 전 케어에 대한 가족/보호자 안내

의사 및 간호사가 여러분의 가족이나 친구의 상태에 변화가 있었다는 것을 설명했을 것입니다. 여러분이 케어하고 있는 사람이 이제 수시간 혹은 수일 후면 임종할 것으로 그들은 보고 있습니다. 이 시간 동안 다음 정보가 도움이 될 수 있습니다.

여러분과 가족 혹은 친구가 케어 계획에 대한 의논에 참여하게 될 것이고, 여기에는 여러 결정이 내려지는 이유를 모든 사람이 이해하도록 하려는 목적이 있습니다. 가족이나 친구의 상태가 호전되면, 케어 계획을 재검토하고 필요시 변경하게 될 것입니다.

의사소통

질문하기: 이것이 염려스럽고 착잡한 시점이라는 것을 우리는 잘 알고 있습니다. 의사와 간호사는, 여러분에게 환자의 상태를 계속 알려주는 것이 급선무이기 때문에, 여러분의 연락처를 물을 것입니다. 의문사항이 있으면, 그것이 큰 문제로 보이든 작은 문제로 보이든, 또는 직원들이 얼마나 바빠 보이든 상관없이 그들과 대화하십시오. 사회복지사와 만나고 싶은 경우에도 직원들에게 문의하시기 바랍니다.

가족이나 친구가 자신의 케어에 대해 바라는 것을 직원들이 존중할 수 있도록 돕기

개인적 바람이나, 문화적 또는 영적 필요사항 알기: 우리는 케어에 대한 구체적인 개인적 바람을 존중하길 원합니다. 또한 우리는 여러분과 가족이 가지고 있는 특정한 문화적 또는 종교적 필요사항을 준비하는 일을 돕기 위해 노력할 것입니다. 무엇이든지 우리가 할 수 있는 일이 있으면 알려주시기 바랍니다.

케어 받는 장소에 대한 개인적 바람: 어떤 사람들에게는 자기 인생의 마지막 날을 보내고 싶은 장소가 명확합니다. 가족이나 친구가 다른 곳으로 옮기길 원하는 경우, 이에 대해 직원들에게 지금 문의하십시오. 의사가 가능한지 여부를 판단해야 할 것입니다. 당사자가 집으로 돌아가길 바라고 있나요? (여기에는 집으로 돌아가 거주지 고통자 케어를 받는 것도 포함됩니다). 또한 집 혹은 가족과 가까운 지역 병원으로 옮기는 것도 한 가지 옵션이 될 수 있습니다. 통증과 같이 증상을 관리하기 힘든 경우, 때로는 말기 환자 케어 병동에서 케어가 제공될 수도 있습니다.

위로: 위로가 매우 중요합니다. 여러분이 느끼기에 당사자가 편안하지 않다는 생각이 들면 직원들에게 알려주십시오. 여러분이 중요한 방식으로 가족이나 친구의 케어를 지원할 수 있는데 가령, 시간을 함께 보내거나, 추억담을 나누거나, 가족이나 친구의 소식을 전해주거나, 단순히 손을 잡아주는 것 등입니다.

의약품: 당사자를 가능한 한 편안하게 하기 위해 의약품이 자주 바뀔 수 있습니다. 통증이나 호흡곤란과 같은, 발생 가능한 문제의 관리에 도움을 주는 의약품은, 필요한 경우에만, 필요한 분량만큼 제공됩니다.

자신 돌보기: 임종을 맞이하는 사람을 돌보는 일은 지치고 스트레스 받는 시간일 수 있습니다. 슬픔이나 고민의 심란한 감정이 북받칠 수도 있습니다. 다른 가족을 대하는 것뿐만 아니라, 모든 정보와 결정을 관리하는 일도 고민을 가중시킬 수 있습니다. 간호사나, 상담사 또는 사회복지사와 대화를 나누면 도움이 될 수 있습니다. 여러분을 지원하고 영적 혹은 종교적 필요사항을 도와주는 목회자 케어 사역자들을 만나실 수 있습니다.

사망 전에 일어날 수도 있는 변화 및 케어하는 사람을 위한 제안

음식물에 대한 요구 감소: 음식과 음료를 당사자가 더 이상 섭취할 수 없다는 것을 여러분이 알아차리실 수도 있습니다. 이는 정상적인 것이며 당사자는 립밤과 젖은 구강 면봉으로 입술과 입안을 촉촉하게 해주면 편안한 상태를 유지할 것입니다.

립밤과 물에 적신 면봉으로 입술과 입안을 촉촉하게 유지하십시오. 물을 한 모금씩 줄 수 있는지, 또는 당사자가 아직 삼킬 수 있는 경우 수저로 자잘한 얼음 조각을 줄 수 있는지 간호사에게 문의하십시오.

더 긴 수면: 당사자는 종종 더 많이 자고 쉽게 깨어나지 않을 수도 있습니다. 잠깐 맑은 정신이 들었다가도 곧 다시 잠에 빠질 수 있습니다.

불안과 혼란 상태: 당사자가 점점 더 혼란스러워하거나 불안해 할 수도 있습니다. 이것이 신음소리를 내거나, 소리를 지르거나 침대 밖으로 나가려고 하는 형태로 나타날 수 있습니다. 약이 당사자를 편안하게 하는데 도움이 될 수 있습니다. 염려사항이 있는 경우 직원들과 대화하십시오.

특히 밤에, 친밀한 사람이 가까이 있으면 종종 도움이 됩니다. 목소리는 낮고 침착하게 유지하며 조명은 부드럽게 하십시오.

호흡 및 분비물 증가: 호흡을 잠시 멈췄다가 깊은 숨을 몰아쉬는 등, 호흡 패턴의 변화가 흔히 있습니다. 침과 콧물이 고여 ‘그르렁거리는’ 소리를 낼 수 있습니다. 호흡 패턴의 변화와 소리가 보통 임종하는 사람을 괴롭게 하지는 않습니다. 그런 것이 종종 케어하는 사람을 더 괴롭게 합니다.

분비물을 마르게 하는데 도움이 되는 의약품이 제공될 수도 있습니다. 또한 자세를 바꾸어주는 것도 도움이 될 것입니다.

혈액 순환: 당사자의 손과 발이 차가워지고 얼룩덜룩하며 약간 푸른 빛이 돌 수 있습니다. 당사자는 보통 편안히 있으며 이러한 변화를 인식하지 못합니다.

이러한 변화를 치료할 필요는 없습니다. 만져 보면 몸이 차갑게 느껴지는데도, 당사자는 종종 많은 담요를 견디지 못할 것입니다. 가벼운 담요를 사용하고 방을 편안한 온도로 유지하십시오.

개인적 케어 및 자세 바꾸어주기: 침대에 있는 당사자를 돌려 눕히거나 움직여주면 한 자세로 오랫동안 누워있는데서 오는 압력 부위, 육신육신하는 통증, 경직을 예방하는데 도움이 됩니다. 간호사들이 계속 이 일을 해주는 것이 중요합니다. 입과 눈을 돌보아주는 것도 당사자를 편안하게 하기 위해 중요합니다. 때때로 방광이 가득 찬 느낌을 경감하기 위해 튜브(도뇨관)를 방광에 삽입하는 경우도 있지만, 대부분의 경우 당사자의 소변 흐름이 감소하거나 멈춥니다.

당사자를 성가시게 할 수 있는 때에라도, 여전히 자세를 바꾸어 줄 필요가 있다는 점을 숙지하십시오.

얼마 동안 더 살 수 있는지 알기

대부분의 가족과 가까운 친구들은 당사자가 얼마 동안 더 살 수 있는지 정확히 알고 싶어합니다. 사람이 얼마나 더 살지를 정확하게 미리 말해주는 것은 불가능합니다. 어떤 사람은 사망 전 며칠 동안 깨어나지 않는 경우도 있고, 또 어떤 사람은 갑자기 사망하기도 하고, 사망할 때까지 어느 정도 정신이 깨어 있는 사람도 있을 것입니다.

연락처 정보

