

Anne-Mari Koivula ja Kirsi Louhisuo

OMAISTEN OHJAAMINEN KUOLEMAN KOHDATESSA
– OPAS OPETUSKÄYTTÖÖN HOITOTYÖN OPISKELIJOILLE

Hoitotyön koulutusohjelma

2019

OMAISTEN OHJAAMINEN KUOLEMAN KOHDATESSA
- OPAS OPETUSKÄYTTÖÖN HOITOTYÖN OPISKELIJOILLE

Koivula, Anne-Mari

Louhisuo, Kirsi

Satakunnan ammattikorkeakoulu

Hoitotyön koulutusohjelma

Toukokuu 2019

Ohjaaja: Lahti, Meimi

Sivumäärä: 54

Liitteitä: 3

Asiasanat: Kuolema, omainen, ohjaaminen, vainaja, opas, läheinen, hoitotyö, hoitaja

Hoitajan on hyvä olla tietoinen, miten omaisia ohjataan potilaan kuoleman jälkeen. Tilanne voi olla hoitajalle arkipäiväinen, mutta omaisille hyvin ainutlaatuinen ja herkkä. Missä tahansa hoitaja työskenteleekään, kohtaa hän kuolemaa ja siihen liittyvää surua.

Tämä opinnäytetyö oli projektiluonteinen. Sen tarkoituksena oli tuottaa opas hoitotyön opiskelijoille omaisten ohjaamisesta kuoleman kohdatessa. Opinnäytetyön tavoite oli lisätä tietoa vainajan omaisten ohjaamisesta. Oppaassa keskityttiin konkreettiseen tietoon, muun muassa hautajaiskustannuksiin. Siinä käsiteltiin myös kriisin ja surun pääpiirteitä hoitotyön kannalta sekä omaisten kohtaamista surun keskellä.

Tässä opinnäytetyössä pohdittiin aiheeseen liittyvän kirjallisuuden perusteella sitä, että omaisille annettavan ohjauksen kuoleman jälkeen tulee olla lyhyttä ja ytimekästä sekä konkreettista. Siinä pohdittiin myös sitä, että hoitajan rooli omaisen tukemisessa ja ohjauksessa korostuu silloin kun kuolema on ollut yllättävä. Hoitajan tulee selvittää hienotunteisesti vainajan omaisen tuen tarve, joka riippuu myös omaisen tukiverkostosta. Hoitajalta vaaditaan siis paljon tietoa ja ymmärrystä, joka kehittyy työkokemuksen myötä. Pohdinnan mukaan hoitajien kouluttaminen omaisten ohjaamiseen kuoleman kohdatessa tulee aloittaa jo opintovaiheessa. Oppaan päämääränä on auttaa hoitotyön opiskelijoita kohtaamaan kuolemaa ja ymmärtämään, kuinka paljon erilaisia toimia kuolemaan liittyy, vaikkei niistä olisi aiempaa omakohtaista kokemusta.

HOW TO SUPERVISE RELATIVES AFTER DEATH – GUIDE FOR NURSING STUDENTS

Koivula, Anne-Mari

Louhisuo, Kirsi

Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Nursing

May 2019

Supervisor: Lahti, Meimi

Number of pages: 54

Appendices: 3

Keywords: Death, relative, supervision, deceased, guide, nursing, nurse

A nurse has to know how to supervise the relatives after the death of a patient. As far as professionals are concerned, facing death may be an everyday occasion, but for the relatives of the deceased the situation is very sensitive and unique. Wherever you work as a nurse, you see both death and the sorrow that comes with it.

This thesis was carried out as a project. The purpose of the thesis was to produce a guide for the students of nursing on how to supervise relatives after death. The aim of the thesis was to increase the knowledge of nurses about supervising the relatives of a dead patient. The guide concentrates on the concrete information about, for example, the costs of the funeral. The concrete information will help the relatives act during the period of grief. The support a nurse gives is very important. The guide also deals with the main features of a crisis and grieving as well as facing the relatives after death.

Based on previous research in the field, it was discussed in this thesis that the information and supervision given to the relatives have to be short, concise and concrete. It was also discussed in the thesis that the role of a nurse as a supporter is more important to the relatives when the death has been unexpected. The nurse has to be tactful and discreetly find out how much support a family member needs. The amount of support needed usually depends on the amount of support a person already receives from their closest family and friends. There is much knowledge and understanding a nurse must have, and these abilities will improve with more work experience. It was discussed that the education and development towards being good at supporting the relatives after death has to start already when a person is studying to become a nurse. The purpose of the guide is to help the nurses face the death and understand the various issues that have to be taken care of after death even when a nurse does not have an earlier experience of that.

SISÄLLYS

| | | |
|-------|--|----|
| 1 | JOHDANTO..... | 6 |
| 2 | PROJEKTIN MÄÄRITTELY JA TOIMINNALLINEN YMPÄRISTÖ | 7 |
| 2.1 | Projekti kehittämisen välineenä | 7 |
| 2.2 | Projektiluonteinen opinnäytetyö | 8 |
| 2.3 | Toimeksiantaja | 8 |
| 2.4 | Kyseisen projektin tärkeys | 9 |
| 3 | PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITE | 10 |
| 4 | PROJEKTIN TEOREETTINEN TAUSTA | 10 |
| 4.1 | Omainen | 10 |
| 4.2 | Kuolema | 10 |
| 4.3 | Hyvä ja huono kuolema | 11 |
| 4.4 | Ohjaaminen | 12 |
| 4.5 | Hoitotyö | 12 |
| 5 | OMAISTEN OHJAAMINEN KUOLEMAN KOHDATESSA..... | 13 |
| 5.1 | Kuoleman jälkeiset toimenpiteet..... | 13 |
| 5.1.1 | Kuoleman toteaminen..... | 13 |
| 5.1.2 | Vainajan laittaminen..... | 14 |
| 5.1.3 | Hautauslupa | 14 |
| 5.2 | Kuolemaan liittyvä lainsäädäntö..... | 14 |
| 5.2.1 | Kuolemasta ilmoittaminen ja kuolleen hautaaminen | 14 |
| 5.2.2 | Lääketieteellinen kuolemansyyn selvittäminen..... | 15 |
| 5.2.3 | Oikeuslääketieteellisen kuolemansyyn selvittäminen | 15 |
| 5.2.4 | Hautausvoimilaki..... | 16 |
| 5.3 | Elinluovutustestamentti..... | 17 |
| 5.3.1 | Laki elinsiirroista..... | 17 |
| 5.3.2 | Elinsiirtojen tärkeys..... | 18 |
| 5.3.3 | Elinsiirron puheeksi ottaminen omaisen kanssa..... | 19 |
| 5.4 | Omaisen suru ja kriisi | 19 |
| 5.4.1 | Traumaattisen kriisin vaiheet | 21 |
| 5.4.2 | Kriisi ja hoitaja | 23 |
| 5.5 | Hoitaja kohtaa surevan omaisen | 24 |
| 5.5.1 | Kohtaaminen | 24 |
| 5.5.2 | Kohtaamisen taito | 25 |
| 5.5.3 | Surun kunnioittaminen | 26 |
| 5.5.4 | Avun ja tuen tarjoaminen | 26 |
| 5.5.5 | Osanotto | 27 |

| | | |
|--------|---|----|
| 5.5.6 | Myötätuntouupumus..... | 28 |
| 5.6 | Hautajaisjärjestelyt..... | 28 |
| 5.6.1 | Vainajan ja omaisten toiveiden kunnioittaminen | 28 |
| 5.6.2 | Apua hautajaisjärjestelyihin | 29 |
| 5.6.3 | Omaisien kuolemaan liittyviä yleisiä hoidettavia asioita | 29 |
| 5.7 | Hautajaiskustannukset..... | 31 |
| 5.7.1 | Yleistä kustannuksista | 31 |
| 5.7.2 | Hautaaminen | 31 |
| 5.7.3 | Arkku | 32 |
| 5.7.4 | Vainajan laitto | 32 |
| 5.7.5 | Uurna | 33 |
| 5.7.6 | Kuolinilmoitus lehteen | 34 |
| 5.7.7 | Kukkaset | 34 |
| 5.7.8 | Kuljetukset | 35 |
| 5.7.9 | Hautamuistomerkki | 35 |
| 5.7.10 | Muistotilaisuus | 36 |
| 5.8 | Varattoman hautajaiset..... | 36 |
| 5.9 | Perunkirjoitus..... | 38 |
| 5.9.1 | Perunkirjoituksen tarkoitus..... | 38 |
| 5.9.2 | Perunkirjoituksen järjestäminen | 38 |
| 5.9.3 | Perukirjan laatiminen..... | 39 |
| 6 | PROJEKTIN SUUNNITTELU | 41 |
| 6.1 | Aikataulu..... | 41 |
| 6.2 | Resurssit ja riskit..... | 41 |
| 6.3 | Eettiset näkökulmat..... | 41 |
| 7 | PROJEKTIN TOTEUTUS | 42 |
| 8 | PROJEKTIN TUOTOS | 42 |
| 9 | PROJEKTIN ARVIOINTI | 42 |
| 9.1 | Tuotoksen arviointi | 42 |
| 9.2 | Työn tavoitteen saavuttamisen arviointi | 44 |
| 9.3 | Opinnäytetyöprosessin arviointi | 45 |
| 9.4 | Oman oppimisemme arviointi..... | 45 |
| 10 | POHDINTA..... | 46 |
| | LÄHTEET | 51 |
| | LIITE 1 KIRJALLISUUSKATSAUKSEN HAKUTULOKSET | |
| | LIITE 2 KIRJALLISUUSKATSAUS | |
| | LIITE 3 OMAISTEN OHJAAMINEN KUOLEMAN KOHDATESSA – OPAS OPETUSKÄYTTÖÖN HOITOTYÖN OPISKELIJOILLE | |

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme aihe on "Omaisten ohjaaminen kuoleman kohdatessa - opas opetuskäyttöön hoitotyön opiskelijoille". Aihe on tärkeä, koska kuolema on osa elämää ja koko ajan hoitotyössä läsnä. Hoitajan on hyvä olla tietoinen, miten omaisia ohjataan kuoleman hetkellä, koska tilanne voi olla hoitohenkilökunnalle arkipäiväinen, mutta potilaan omaisille hyvin ainutlaatuinen ja herkkä. Hoitajan tulee olla aidosti läsnä tilanteessa, jossa kohtaa kuolleen potilaan omaiset. Hoitajan sanat tilanteessa voivat jäädä hyvin mieleenpainuvasti omaisten muistiin. On tärkeää, että hoitaja valitsee sanansa huolella.

Aihe on mielestämme tärkeä, koska hoitajat tarvitsevat valmennusta näihin tilanteisiin omaisten kanssa. Kuolema koskettaa jokaista ja sen läsnäolo kuuluu hoitotyöhön sekä elämään. Missä tahansa hoitaja työskenteleekään, joutuu hän kohtaamaan kuolemaa tai ainakin siihen liittyvää surua. Hoitotyön opintoihin ei kuulu tarpeeksi opetusta aiheesta.

Opinnäytetyömme lähtökohtana on tuottaa opas hoitotyön opiskelijoille omaisten ohjaamisesta kuoleman jälkeen. Keskitymme opinnäytetyössämme konkreettiseen tietoon, muun muassa hautajaiskustannuksiin. Omaisille annettava konkreettinen tieto auttaa heitä toimimaan surutyön keskellä. Hoitajan tuki on siksi ensiarvoisen tärkeää. Hoitotyön kannalta työssämme käsittelemme myös kriisin ja surun pääpiirteitä ja omaisten kohtaamista surun keskellä. Omaisille kohdistetun tiedon tulisi pitää sisällään konkreettista tietoa siitä, miten kuoleman jälkeen tulisi edetä ja mitä asioita hoitaa.

2 PROJEKTIN MÄÄRITTELY JA TOIMINNALLINEN YMPÄRISTÖ

2.1 Projekti kehittämisen välineenä

Projekti ja hanke käsitteillä tarkoitetaan samaa asiaa. Projekti on ennalta määritettyyn päämäärään tähtäävä tehtävä kokonaisuus. Projektin kesto määritellään ennalta ja sillä on alku- ja loppu. (Kymäläinen, Lakkala, Carver & Kamppari 2016)

Projekti voi olla yksinkertainen, kuten matka ruokakauppaan, huoneen maalaaminen tai uuden tuotteen kehittäminen. Siinä ryhdytään aina johonkin uuteen, sillä on aikataulu sekä rajoitetut resurssit. Projektin elinkaareen sisältyy aikataulun lisäksi määritetty aloitus ja lopetus, jolloin se koostuu useista eri vaiheista aina alkuideasta toteutukseen ja projektin päättymiseen. Projekteilla on erilaisia elinkaaria, joten on tärkeä ymmärtää, mistä eri vaiheista projekti koostuu ja mitä ne pitävät sisällään. Yksi esimerkki projektin elinkaaresta on: projektin alkuun laittaminen, suunnittelu, toteutus ja lopettaminen. (Shirley 2011, 3-5.)

Projektityöskentely aloitetaan ideointivaiheella. Tämä vaihe onkin projektin perustamista lähdetään rakentamaan kokonaisuutta. Ideointivaiheessa asetetaan tavoitteet ja rajataan aihealueet. Ideointivaihetta seuraa projektisuunnitelma, tätä tehdessä laaditaan tavoitteet, joihin projektilla tähdätään. Suunnitteluvaiheessa laaditaan aikataulu. (Kymäläinen ym. 2016)

Aikataulun laadinnalla on tarkoitus tukea toimijaa selviytymään tehtävistään ennalta suunnitellun aikataulun puitteissa. Aikataulua laatiessa tulisi pyrkiä realistiseen ja toteuttamiskelpoiseen aikataulusuunnitelmaan. Tässä yhteydessä on hyvä arvioida ja tunnistaa ennalta suunnitelmaan liittyvät riskit ja pyrkiä ennakoimaan niitä. Projektisuunnitelmassa määritellään projektin toteuttajien roolit, tehtävät ja työpanos. Projektityöskentely on hyvin ennalta suunniteltua ja se etenee johdonmukaisesti kohti sille asetettuja tavoitteita. Työskentelyssä korostuu ajankäytönhallinta sekä yksilöiden vahvuudet, sosiaaliset taidot sekä kyky tiimityöskentelyyn. (Kymäläinen ym. 2016)

2.2 Projektiluonteinen opinnäytetyö

Projektiluonteisessa opinnäytetyössä tavoitteena on käytännön toiminnan ohjeistaminen, opastaminen tai toiminnan järjestäminen. Se voi olla käytäntöön suunnattu ohje tai opastus. Toteutustapoja on erilaisia. Se voi olla kansio, vihko, opas, kotisivut tai jonkin tapahtuman järjestäminen jossakin tilassa. Ammattikorkeakoulun toiminnallisen opinnäytetyön tulisi olla työelämälähtöinen ja käytännönläheinen. Opinnäytetyön tulisi riittävällä tasolla osoittaa alan tietojen ja taitojen hallintaa. (Lahtinen 2018)

Projektiluonteiseen opinnäytetyöhön kuuluvat produktio eli tuotos ja raportti. Raportointi kirjoitetaan tutkimusviestinnän vaatimuksin ja tuotoksessa huomioidaan kohde ja käyttäjäryhmä. Projektiluonteisen opinnäytetyön raportissa yleisiä tutkimusviestinnän ominaisuuksia ovat lähteiden käyttö ja merkintä, tietoperustasta tulevat tarkkarajaiset käsitteet tai termit ja valintojen sekä ratkaisujen perusteleminen, tiedon varmuuden asteen ilmaiseminen ja tekstin asiatyylisyys. Raportista selviää mitä, miksi ja miten toiminnallinen opinnäytetyö on tehty ja millainen työprosessi on ollut. Raportti kertoo myös, millaisiin tuloksiin ja johtopäätöksiin on tultu. Arvioimme raportissamme oppimistamme ja omaa tuotostamme, joka on meidän opinnäytetyössämme opas hoitotyön opiskelijoille. (Lahtinen 2018)

2.3 Toimeksiantaja

Opinnäytetyömme tilaaja ja toimeksiantaja on Satakunnan ammattikorkeakoulu ja yhteyshenkilömme on lehtori Hanna Rautava-Nurmi. Satakunnan ammattikorkeakoulussa on noin 6000 opiskelijaa ja 400 työntekijää. Koulu on monialainen ja kansainvälisesti suuntautunut. Opinnäytetyömme kohderyhmänä ovat Satakunnan ammattikorkeakoulun hoitotyön opiskelijat. Tavoitteena on lisätä hoitotyönopiskelijoiden tietoa kuolemaan liittyvistä käytännön toimista. (Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut 2019)

2.4 Kyseisen projektin tärkeys

Hoitaja kohtaa työssään kuolemaa, joten on tärkeää, että hän osaa toimia ja kohdata omaiset luontevasti, empaattisesti ja olemalla aidosti läsnä tilanteessa. Kuoleman kohtaaminen sairaanhoitajan työssä on raskasta ja vaikeaa. Hoitajalla on hyvä olla tietoa ja taitoa, jotta pystyy kohtaamaan surevan omaisen ammattitaitoisesti.

Hoitajan on hyvä pohtia kuolemaa ja siihen liittyviä tunteita etukäteen. Omaisen asemaan asettuminen auttaa kohtaamaan surevan omaisen. Omaisen kohtaamisesta tekee haasteellisen tilanteen ainutkertaisuus ja haavoittuvuus. Kuolema voi olla omaisille kriisi tai vastaavasti jopa helpotus, jos omainen on sairastanut pitkään. Kuolema on voinut olla hyvä tai huono kuolema. Hoitajan tulisi työssään tunnistaa kriisinvaiheet ja tunnistaa missä kriisin vaiheessa omaiset ovat, jotta voi ohjata heitä oikein.

Hoitajan työ on rinnalla kulkemista erilaisissa elämäntilanteissa syntymästä kuolemaan. Omaisten kohtaaminen on sairaanhoitajan työssä arkipäivää, joten sairaanhoitajalla tulisi olla hyvä tilannetaju ja eduksi on, jos omaa hyvät sosiaaliset taidot. Hyväksi havaitut toimintamallit ja rutiinit auttavat omaisten kohtaamisessa.

Tällä hetkellä hoitotyön opintoihin ei sisälly mielestämme riittävästi tietoa siitä, mitä tapahtuu sen jälkeen, kun ihminen menehtyy ja miten hoitajan tulee tilanteessa toimia tai mihin omaisia ohjata. Omaisen kohtaaminen silloin, kun hänen läheisensä on kuollut, on hyvin ainutlaatuinen tilanne omaiselle ja myös hoitotyön työntekijälle.

Omainen tarvitsee konkreettista tietoa, jota varten luomme oppaan hoitotyön opiskelijoille käytettäväksi näihin tilanteisiin, kun kohtaa surevan omaisen. Tilanteen ainutkertaisuuden takia, kaikki hoitajan sanat jäävät omaisen mieleen hyvin. Kuolema on niin järkyttävä tapaus, että omainen tarvitsee paljon ohjausta asioihin, mitä tapahtuu kuoleman jälkeen. Projektin tarve oli työelämälähtöinen, joka osaltaan lisäsi motivaatiota toteuttaa projekti, josta on selkeästi suuri ja konkreettinen hyöty opiskelijalle tulevaan työelämään.

3 PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITE

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli tuottaa opas hoitotyön opiskelijoille omaisten ohjaamisesta kuoleman kohdatessa. Opinnäytetyön tavoite oli lisätä tietoa vainajan omaisten ohjaamisesta.

Oppaassa tuli olla keskeisimmät toimet listattuna niistä asioista, mitä tulee hoitaa kuoleman jälkeen. Päämääränä oli pureutua konkreettisiin toimiin kuten, hautaustoimiston valintaa, hautaustapaan, kirkon vastuuseen, mahdolliseen hautausavustukseen, kuolinilmoitukseen ja kuolemaan liittyviin taloudellisiin kustannuksiin ja kustannusarvioihin arkuista seurakunnan palveluihin sekä perunkirjoitukseen.

4 PROJEKTIN TEOREETTINEN TAUSTA

4.1 Omainen

Tässä opinnäytetyössä määrittelemme omaisen siten, että omainen tarkoittaa lähtökohteisesti avopuolisoa, lapsia, vanhempia tai sisaruksia. Käsite omainen ei ole yksiselitteinen, koska nykyisin perherakenteet voivat olla monenlaisia. Potilas voi myös itse nimetä henkilön, jota voidaan pitää hänen omaisenaan. Omainen tai läheinen on kuitenkin usein henkilö, joka asuu pysyvästi potilaan kanssa. (Minilex- www-sivut 2018)

4.2 Kuolema

Opinnäytetyössämme kuoleman määritelmä on seuraavanlainen: Ihminen on kuollut, kun hänen aivotoimintansa ovat pysyvästi loppuneet. Ihmisen sydämen sykkimisen lakattua ihminen voidaan todeta kuolleeksi silloin, jos toissijaiset kuolemanmerkit ovat ilmaantuneet tai elimistö on silpoutunut tai murskaantunut elinkelvottomaksi ja

hengitys ja verenkierto ovat pysähtyneet. (Sosiaali- ja terveysministeriön asetus kuoleman toteamisesta 27/2004, 2§, 3§)

4.3 Hyvä ja huono kuolema

Opinnäytetyössämme käytämme käsitteitä hyvä ja huono kuolema. Hyvä kuolema on käsitteenä laaja ja sen sisältö on vastaajasta riippuvainen. Hyvän kuoleman käsite on kulttuurisidonnainen ja se muuttuu ajan kuluessa. Kaikille hyvän kuoleman käsite sisältää kuitenkin kärsimyksen lievittämisen ja hyvän hoidon. (Pälve 2016)

Vuonna 2014 San Diegossa tutkimukseen hyvän kuoleman osatekijöistä osallistui 21 henkilöä, jotka olivat nähneet kuolemaa. Tutkimuksessa kävi ilmi, että hyvä kuolema on rinnastettavissa rauhalliseksi koettuun kuolemaan. Nukkuessa kuoleminen ilman kipuja täytti hyvän kuoleman kriteerit. Rauhallisuuden lisäksi kuoleman luonnollisuus ilman lääketieteellisiä toimenpiteitä koettiin hyväksi kuolemaksi. Hengellisen yhteyden kokeminen sekä kärsimyksen ja kivun puuttuminen olivat tutkimukseen osallistujien joukossa hyvän kuoleman tunnuspiirteitä. Vastaavasti väkivaltainen ja kivulias kuolema määritteli huonon kuoleman. Lisäksi kuoleminen yksin, elämän turha pitkitäminen koneilla ja toisista riippuvaisuus olivat huonon kuoleman merkkejä. (Ko, Kwak & Nelson-Becker 2015)

Tutkimustulosten mukaan hyvä kuolema sisältää lähestyvän kuoleman hyväksymisen. Kuolevan ihmisen kyky ilmaista rakkautta ja saavuttaa sovinto perheensä ja läheistensä kanssa liitettiin hyvään kuolemaan. Kuoleman näyttäytyminen hyvänä on jokaiselle omanlaisensa. Jollekin perheen ympäröimänä oleminen ja toiselle yksin kuoleminen täyttivät hyvän kuoleman kriteerit. Kuoleva potilas itse, omainen ja hoitohenkilöstö arvostavat hyvää kuolemaa kukin omalla persoonallisella tavallaan. (Ko ym. 2015)

4.4 Ohjaaminen

Opinnäytetyömme aiheeseen liittyy sana ohjaaminen. Sen määrittelemiseen käytämme hoitotieteen määritelmää. Hoitotieteessä ohjaus- käsite määritellään ammatilliseksi toiminnaksi tai prosessiksi, jossa kaksi asiantuntijaa toimii tasavertaisessa yhteistyössä. Ohjauskäsitteen sisältöä kuvaavat ohjattavaan ja ohjaajan konteksti, vuorovaikutus, ohjaussuhde sekä toiminnan aktiivisuus ja tavoitteellisuus. (Jaakonsaari 2009, 8.)

Ohjaaminen käsitteenä rinnastetaan usein koulutukseen, kasvatukseen ja valmennukseen. Tässä käsitettä ohjaaminen ajatellaan hoitotyön näkökulmasta. (Kyngäs, Kääriäinen, Poskiparta, Johansson, Hirvonen & Renfors 2007, 25)

“Ohjaus määritellään muun muassa ohjauksen antamiseksi, kuten käytännöllisen opastuksen antamiseksi tai hoitajan ohjauksen alaisena toimimiseksi. Sanakirjamääritelmässä korostuvat ohjauksen perinteet eli asiakkaan passiivinen rooli, hoitajan asiantuntemus ja yksilöohjaus. Ohjaus on rakenteeltaan muita keskusteluja suunnitelmallisempaa, mutta se sisältää myös tiedon antamista, ellei asiakas ole itse kykenevä ratkaisemaan tilannetta. Ohjaussuhde on tasa-arvoinen” (Kyngäs ym. 2007, 25)

“Ohjauksen tulee tukeutua näyttöön tai hyviin käytäntöihin, jotka ovat tavallaan eettisen työskentelyn perusta. Ajantasainen ja tutkittu tieto ovat ohjauksen asiasisällön luotettavuuden tausta. Asiakkaalla on aina oikeus saada tutkittua ja luotettavaa tietoa ohjaustilanteissa.” (Kyngäs ym. 2007, 154)

4.5 Hoitotyö

Käytämme opinnäytetyössämme käsitteitä hoitotyö ja hoitotyön opiskelijat. Hoitotyö käsitteen määrittelemme siten, että hoitotyö on terveyden- ja sairaanhoidon työtä. Opintojen aikana hoitotyön opiskelija perehtyy hoitotyön tieto-, taito- ja arvoperustaan sekä teoriassa että käytännön taitojen harjoittelussa koululla ja työelämän hoitoympä-

ristöissä. Hoitotyön ammattinimikkeitä on muun muassa sairaanhoitaja ja terveydenhoitaja. Sairaanhoitajat ja terveydenhoitajat työskentelevät terveyskeskuksissa, sairaaloissa, avoterveydenhuollossa, sosiaalialan toimipaikoissa, yksityisissä sosiaali- ja terveysalan yksiköissä (sairaalat, terveysasemat, kuntoutuskeskukset) sekä kolmannen sektorin palveluksessa, hoitotyön asiantuntijana julkisissa ja yksityisissä sosiaali- ja terveydenhuollon organisaatioissa tai itsenäisenä yrittäjänä. Hoitotyön ammattilainen voi toimia julkisella sektorilla perusterveydenhuollossa ja erikoissairaanhoidossa sekä yksityisellä sektorilla esimerkiksi lääkäriasemilla ja hoivakodeissa. (Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut 2019)

5 OMAISTEN OHJAAMINEN KUOLEMAN KOHDATESSA

5.1 Kuoleman jälkeiset toimenpiteet

5.1.1 Kuoleman toteaminen

”Ihminen on kuollut, kun kaikki hänen aivotoimintansa ovat pysyvästi loppuneet.” (Sosiaali- ja terveysministeriön asetus kuoleman toteamisesta 27/2004, 2 §.)

Kuolemasta ilmoitetaan omaisille tai läheisille tai muulle sovituille yhteyshenkilölle. Jos kuolema on odotettavissa, sovitaan omaisten kanssa etukäteen, ilmoitetaanko heille potilaan kuolemasta esimerkiksi yöllä vai aamulla. Kuolemasta ilmoittamiseen valitaan rauhallinen tila. Ilmoittaja ilmaisee osan ottonsa suruun ja kertoo asiat niin kuin ne ovat. On tärkeää, että ilmoittaja on rauhallinen, asiallinen ja empaattinen. Ilmoittajan pitää arvioida tarvitseeko omaiset kriisiapua tai tukihenkilöä. Tarvittaessa tulee järjestää läheisille tukea surusta selviytymiseen. Mikäli kuolleella on edunvalvoja, tulee hänelle ilmoittaa kuolemasta ensimmäisenä kuoleman jälkeisenä arkipäivänä. Kuolemasta ilmoitetaan poliisille, jos omaisia ei ole. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

5.1.2 Vainajan laittaminen

Vainajaa tulee käsitellä kunnioittavasti ja arvokkaasti. Omaisille tarjotaan mahdollisuutta olla läsnä ja he voivat halutessaan osallistua laittamiseen. Vainaja laitetaan joko potilas huoneessa tai muussa siihen soveltuvassa rauhallisessa tilassa. Laittamiseen tarvittavat välineet ovat käyttövalmiina hoitoyksikössä sovitussa paikassa. Hoitohenkilökunta ja omaiset suojautuvat eriteroiskeilta käyttämällä tehdaspuhtaita suojakäsineitä ja kertakäyttöistä muoviesiliinaa. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

5.1.3 Hautauslupa

Vainaja luovutetaan omaisille hautaamista varten, kun kuolema on selvitetty ja tarpeelliset tutkimukset ovat tehty. Omaisiet voivat kuitenkin aloittaa hautajaisjärjestelyt jo heti kuoleman jälkeen. Omaisiet voivat sopia vainajasiirrosta hautaustoimiston kanssa, kun kuolemansyy on selvä. Kuolemansyyn ollessa selvä, sanelee hoitava lääkäri viipymättä kuolintodistuksen, joka sisältää myös hautauslupan. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

5.2 Kuolemaan liittyvä lainsäädäntö

5.2.1 Kuolemasta ilmoittaminen ja kuolleen hautaaminen

Kuolemasta on ilmoitettava viipymättä lääkärille tai poliisille. Lääkärin on ilmoitettava kuolemasta väestötietojärjestelmään sekä Terveiden ja hyvinvoinnin laitokselle. Kuolleen saa haudata tai ruumiin luovuttaa vasta, kun kuolemansyy on selvitetty ja hautauslupa on saatu. Hautauslupan antaa lääkäri. (Laki kuolemansyyn selvittämisestä 1.6.1973/459, 1 §)

5.2.2 Lääketieteellinen kuolemansyyn selvittäminen

Lääketieteellinen ruumiinavaus tehdään kuoleman syyn selvittämiseksi, jos kuollut on ollut viimeisen sairautensa aikana lääkärin hoidettavana tai ruumiinavauksen katsotaan olevan tarpeellinen yleisen terveyden- ja sairaanhoidon kannalta. Lääketieteellistä ruumiinavausta ei saa suorittaa silloin, kun ruumiille on suoritettava oikeuslääketieteellinen ruumiinavaus. (Laki kuolemansyyn selvittämisestä 4 §)

Sairaanhoidolaitoksessa tai terveyskeskuksessa kuolleen henkilön lääketieteellisestä ruumiinavauksesta päättää ylilääkäri tai vastaava lääkäri. Avaukseen on saatava omaisen tai vainajan läheisen lupa. Mikäli lupaa ei läheisiltä saada, voi Terveyden ja hyvinvoinnin laitos antaa luvan ruumiinavauksen suorittamiseen. Tuolloin Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen on lääketieteellisen ruumiinavauksen suorittamista koskeva asia käsiteltävä kiireellisenä. Omaisille tai läheisille tulee ennen päätöstä järjestää kuolemistilaisuus, mikäli se ilman kohtuutonta viivytystä on mahdollista. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen antaessa luvan ruumiinavauksen suorittamiseen on samalla määrättävä ruumiinavauspaikka. (Laki kuolemansyyn selvittämisestä 5 § 6 §)

5.2.3 Oikeuslääketieteellisen kuolemansyyn selvittäminen

Kuolemansyyn selvittämiseksi on poliisin suoritettava tutkinta, kun kuoleman ei tiedetä johtuvan sairaudesta tai jos vainaja ei viimeisen sairauden aikana ole ollut lääkärin hoidossa. Poliisi tutkii kuolemansyyn myös silloin, kun kuoleman on aiheuttanut rikos, tapaturma, itsemurha, myrkytys, ammattitauti tai hoitotoimenpide tai jos epäillään kuoleman johtuneen jostakin sellaisesta syystä. Poliisi tutkii kuoleman myös, jos se on tapahtunut yllättäen. (Lakikuolemansyyn selvittämisestä 5 § 6 §)

Poliisi käyttää tutkinnassaan tarvittaessa lääkärin apua. Poliisin tulee ilmoittaa syyttäjälle kuolemasta, joka on tapahtunut henkilön ollessa poliisin hallussa ja valvonnassa. Lääkärin on ilmoitettava poliisille, mikäli hän havaitsee lääketieteellistä ruumiinavausta tehdessään viitteitä rikoksesta, tapaturmasta, itsemurhasta, myrkytyksestä, ammattitaudista tai hoitotoimenpiteestä, jonka vaikutuksesta ihminen on menehtynyt.

Oikeuslääketieteellinen ruumiinavaus on suoritettava, jos kuolemansyytä ei voida todeta ulkonaisen ruumiintarkastuksen tai muiden seikkojen perusteella, ennen kuin vainajan saa haudata tai ruumiin luovuttaa. (Lakikuolemansyyn selvittämisestä 5 § 6 §)

Määräyksen oikeuslääketieteellisen ruumiinavauksen suorittamisesta antaa keskusrikospoliisin päällikkö tai muu päällystöön kuuluva poliisimies, syyttäjäviranomainen, tuomioistuin tai Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Lääketieteellisestä kuolemansyyn selvittämisestä aiheutuneet kustannukset maksaa valtio. Ruumiin kuljetuskustannuksista vastaa se sairaanhoitolaitos tai terveyskeskuksen ylläpitäjä, missä lääketieteellinen kuolemansyyn selvittäminen on tehty. Kuolemaan liittyvät todistukset, kuten kuolintodistus, hautaamislupa ja kuolinselvitys, ovat maksuttomia. (Lakikuolemansyyn selvittämisestä 5 § 6 §)

Lääkärin tai muun henkilön, joka on vainajaa hoitanut, on pyynnöstä ilmoitettava asianomaiselle, mikäli hänellä on tietoja kuolemaan liittyvistä seikoista. (Laki kuolemansyyn selvittämisestä 5 § 6 §)

5.2.4 Hautaustoimilaki

Vainajaa tulee käsitellä arvokkaasti ja vainajan katsomusta ja toivomuksia on kunnioitettava. Ruumis on haudattava tai tuhkattava viivytyksettä. (Hautaustoimilaki 6.6.2003/457, 1 §, 2 §)

Evankelis-luterilaisen kirkon seurakunta voi periä maksuja hautaamiseen ja hautasiain liittyvistä palveluista. Kustannukset voivat olla enintään palvelun tuottamisesta aiheutuvien kustannusten suuruiset ja maksu perusteet ovat samat kaikille. Maksuista voi saada vapautuksen kokonaan tai osittain, mikäli vainaja on rintamaveteraani tai rintamaveteraaniksi rinnastettava. Maksuvapautus tai lievennys voi koskea myös rintamaveteraanin puolisoa. (Hautaustoimilaki 6 §)

Hautausmaata tulee hoitaa arvokkaasti ja vainajan muistoa kunnioittavasti. Hautausmaahan ylläpitäjä päättää haudalle sijoitettavista hautakivistä ja muistomerkeistä.

Muistomerkin pitää olla hautausmaan yleiskuvaan sopiva ja sen tulee kunnioittaa vainajan muistoa sekä hautausmaan arvokkuutta. Muistomerkit hyväksyvät hautausmaan ylläpitäjät. Muistomerkkiä ei saa poistaa ilman hautausmaan ylläpitäjän suostumusta. Hautaoikeuden lakattua ylläpitäjän tulee tarjota hautaoikeuden haltijalle mahdollisuus poistaa hautamuistomerkki. Mikäli hautamuistomerkkiä ei ole hautaoikeudenhaltijan toimesta poistettu puolenvuoden kuluessa hautaoikeuden lakkaamisesta, siirtyy muistomerkki hautausmaan ylläpitäjälle vastikkeetta. (Hautausoimilaki 13 §, 14 §)

Mikäli vainaja tuhkataan, on krematorioon ilmoitettava kirjallisesti, minne tuhka sijoitetaan. Krematorion ylläpitäjä saa luovuttaa tuhkan vain haudattavaksi tai muulla tavoin pysyvään paikkaan sijoitettavaksi. Tuhka on vuoden kuluessa tuhkaamisesta haudattava asiaan kuuluvaan paikkaan. (Hautausoimilaki 17 §, 18 §)

Hautausjärjestelyt tulee hoitaa vainajan toiveiden mukaisesti. Mikäli vainaja ei ole elässään esittänyt toivomuksia hautajaisjärjestelyistä voi vainajan puoliso tai perilliset huolehtia hautausjärjestelyistä. Hautajaisjärjestelyistä huolehtii vainajan kotikunta, jos vainajalla ei ole puolisoa, perillisiä tai läheisiä. (Hautausoimilaki 23 §)

5.3 Elinluovutustestamentti

5.3.1 Laki elinsiirroista

Laissa säädetään elinsiirtoa varten tarkoitettujen elinten luovutuksesta, testauksesta, elinluovuttajan ja elimen ominaisuuksien kuvauksesta, talteenotosta, säilömisestä ja säilytyksestä, kuljetuksesta, siirrosta, jäljitettävyydestä sekä vakavien vaaratilanteiden ja vakavien haittavaikutusten raportoinnista. (Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 277/2013,1§)

Kuolleelta ihmiseltä voidaan irrottaa elimiä, kudoksia ja soluja, ja niitä voidaan varastoida toisen ihmisen sairauden tai vamman hoitoon. Kuolema on todettava siten kuin sosiaali- ja terveysministeriön asetuksella säädetään. Lääkärit, jotka toteavat kuoleman, eivät saa osallistua elimien, kudoksien ja solujen siirtotoimintaan. (Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 8§)

Kuolleen ihmisen elimiä, kudoksia ja soluja saadaan irrottaa, jos ei ole tiedossa tai jos ei ole syytä olettaa, että vainaja eläessään olisi vastustanut toimenpidettä. Toimenpidettä ei saa tehdä, jos vainaja on eläessään kieltänyt elimiensä, kudoksiensa tai solujensa irrottamisen. Ennen kuin kuolleen ihmisen elimiä, kudoksia tai soluja irrotetaan, on mahdollisuuksien mukaan selvitettävä vainajan oma elinaikainen käsitys elimiensä, kudoksiensa tai solujensa irrottamisesta 8 §:n 1 momentissa säädettyyn tarkoitukseen. (Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 9§)

Elimiä, kudoksia ja soluja saa irrottaa alaikäiseltä vainajalta, jos hän ei ikänsä ja kehitystasonsa vuoksi eläessään ole kyennyt muodostamaan käsitystä elinten luovutuksesta ja jos hänen huoltajansa ei vastusta toimenpidettä. (Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 9§)

Elinsiirron saa tehdä, jos täysi-ikäinen vainaja ei sairauden, mielenterveyden häiriön tai muun syyn vuoksi ole eläessään voinut muodostaa käsitystä elimien, kudoksien tai solujen irrottamisesta ja jos hänen lähiomaisensa tai muu läheisensä ei vastusta sitä. (Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 9§)

5.3.2 Elinsiirtojen tärkeys

Sellainen sairaus, jonka ainoa hoitomuoto on elinsiirto, voi koskettaa ketä tahansa. Suomessa on tälläkin hetkellä vuonna 2019 yli 550 ihmistä, jotka odottavat elinsiirtoa. Siirrettävistä elimistä on jatkuva pula. Joka vuosi elinsiirtoa odottavista 5–10 prosenttia kuolee, koska sopivaa siirrännäistä ei saatu ajoissa. Suomessa tehdään munuaisen-, maksan-, sydämen-, keuhkon-, sydän-keuhkon, haiman- ja ohutsuolensierroja. Lain mukaan aivokuolleen henkilön elimiä ja kudoksia voidaan käyttää toisen ihmisen hyväksi, jos hän ei ole sitä eläessään vastustanut. Hoitajan on pyrittävä selvittämään vainajan mielipide, joka hänellä oli eläessään loppuaikana. Tietoja mielipiteestä kysytään vainajan omaisilta, jos mahdollisella elinluovuttajalla ei ole elinluovutuskorttia. Omaisten ei voi kieltää elinten luovutusta omaan tahtoonsa vedoten. (Elinluovutuskortin www-sivut 2019)

5.3.3 Elinsiirron puheeksi ottaminen omaisen kanssa

Laki velvoittaa hoitohenkilökuntaa mahdollisuuksien mukaan selvittämään aivokuoleen henkilön oman käsityksen elinten irrottamisesta. Elintestamentin perusteella voidaan elimiä irrottaa vainajalta. Henkilön oletetaan antaneen suostumuksensa, jos elintestamenttia ei ole, eikä henkilö ole eläessään ilmaissut kantaansa elinten irrotukseen. Omaisten osa on sikäli helpottunut lähiaikoina tulleen lakimuutoksen myötä, ettei heidän tarvitse enää ottaa kantaa elinsiirtoasiaan. (Lääkäriliiton www-sivut 2019)

Tilanne on muutenkin äärimmäisen vaikea, jos läheinen on äkillisesti menehtynyt. On siis tärkeää ottaa elinsiirtoasia puheeksi hienovaraisesti omaisen kanssa. Omaisia tulee edelleen aina informoida elinten irrotuksesta ja kertoa siitä, kuinka toiminnalla autetaan muita, vaikka omainen ei enää voi päättää elintenluovutuksesta. On huomioitava omaisen ajatukset ja tunteet, joten asian suhteen on oltava hienovarainen ja kunnioitettava vainajaa sekä omaista. (Lääkäriliiton www-sivut 2019)

5.4 Omaisen suru ja kriisi

Suru on useimmiten seurausta menetyksestä. Jokaisella on oikeus surra omalla tavallaan, koska suru on henkilökohtainen kokemus. Jonkun toisen ihmisen mielestä pieneltä näyttävä menetys voi aiheuttaa jollekin toiselle suurta surua. Suruun vaikuttavat muun muassa surun aiheuttaneen menetyksen luonne, suhde menetettyyn, ihmisen persoonallisuus ja mahdolliset aiemmin koetut menetykset sekä suruprosessin aikana saatu tuki. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Suruun liittyy useita erilaisia tunteita: halua kieltää tapahtunut, turvattomuutta, suunnatonta ikävää, hylätyksi tulemisen tunnetta, merkityksettömyyttä, ahdistusta, syyllisyyttä ja vihaakin. Myös keho voi reagoida suruun: päätä särkee ja vatsa oireilee, tulee muistikatkoja, väsymystä, lihasjäykkyyttä ja esimerkiksi paniikkihäiriön oireita. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

”Kriisi ei ole sairautta, josta tulee parantua, vaan elämää, joka on eletävä.” (Ruis-
halme & Saaristo 2007, 16)

Kun tapahtuu jotain uutta ja vaikeasti käsiteltävää, esimerkiksi raskas menetys tai muunlainen elämänmuutos, voi siitä seurata kriisi. Kun ihminen on kriisissä, hän kokee avuttomuuden tunnetta ja hätää. Häneltä heikkenee perusturvallisuuden tunne ja ote elämästä tuntuu katoavan. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Kun ihminen käy läpi kriisiä, saattaa hän kokea monenlaisia oireita ja tuntemuksia, kuten ahdistusta, masentuneisuutta, unettomuutta, ärtyneisyyttä ja fyysisiä kipuja. Kyky sietää vaikeita elämäntilanteita on hyvin erilainen erilaisilla ihmisillä. Toinen tarvitsee enemmän apua ja aikaa toipuakseen ja toinen voi selvitä hyvinkin vähällä oirehtimisella. Kriisit voivat myös tuoda mieleen aiempia vaikeita elämäntilanteita. Tällöin tilanne voi tuntua erityisen raskaalta. Toisaalta kriisi voi mahdollistaa asioiden uudelleenarvioimisen ja henkisen vahvistumisen. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Kriisi voidaan luokitella kehitys- ja elämäntilannekriiseihin sekä traumaattisiin kriiseihin. Kehityskriisit ja elämäntilannekriisit liittyvät normaaliin elämäntilanteeseen, silloin kun ihminen siirtyy elämänvaiheesta toiseen. Myös positiivinen tapahtuma, kuten toivotun lapsen syntymä tai naimisiin meno voi aiheuttaa kriisin. Traumaattisen kriisin synnyttää usein epätavallisen voimakas ja epänormaali tapahtuma, johon liittyy suuri tunnejärkytys, jolloin omat voimat eivät riitä sitä kohtaamaan. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Monet todella vaikean kriisin kokeneet kertovat muuttuneensa. Nämä henkilöt ovat kertoneet löytäneensä itsestään sellaisia voimavaroja, joita he eivät tieneet olevan olemassakaan. Kriisistä on voinut seurata se, että elämä tuntuu haavoittuvaisemmalta, mutta kuitenkin aiempaa merkityksellisemmältä. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

5.4.1 Traumaattisen kriisin vaiheet

Heti kriisin aiheuttaneen tilanteen jälkeen alkaa shokkivaihe. Shokkivaiheen aikana ihminen ei kykene vielä käsittämään kriisin aiheuttanutta tapahtumaa ja saattaa jopa kieltää sen. Osa shokkivaihetta elävistä lamaantuu täydellisesti. Osa sulkee tunteet pois ja käyttäytyy mekaanisesti. Jotkut saattavat reagoida shokkivaiheessa voimakkaalla kiihtymystilalla, jolloin he saattavat esimerkiksi huutaa suoraa huutoa tai itkeä raivokkaasti. Lamaantumisen ja levottomuus saattavat myös vaihdella vuorotellen. Shokkivaihetta elävien reaktiot, esimerkiksi näennäinen tunteettomuus, saattavat hämmentää läheisiä ihmisiä ja jopa aiheuttaa paheksuntaa. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Reaktiot shokkivaiheessa voivat tuntua pelottavilta ja omituisilta niin kriisissä itse olevalle kuin ulkopuolisillekin. Näillä reaktioilla on kuitenkin tärkeä psyykettä ja elämää suojaava merkitys, koska liian suurta järkytystä ei voi hahmottaa lyhyessä ajassa ja shokkivaihe antaa aikaa kohdata tapahtunut. Shokkivaiheessa oleva tarvitsee yleensä konkreettista turvaa ja kokemuksen siitä, että läsnä olevat ihmiset hallitsevat tilanteen. Tämä vaatii hoitajalta kokemuksen tuomaa ammattitaitoa, jotta osaa pysyä rauhallisena ja turvallisena tukipilarina kriisissä olevalle omaiselle. Shokkivaihetta elävän kanssa on hyvä keskustella tapahtuneesta rauhallisesti. Kannattaa ottaa huomioon, että kerrotut asiat eivät jää useinkaan shokissa olevan mieleen ja että puheen pitää olla rauhallista, selkeää ja yksinkertaista, sillä shokissa olevan kyky vastaanottaa tietoa on heikko. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Shokkivaiheen jälkeen seuraa reaktiovaihe, jolloin ihminen alkaa vähän kerrallaan kohdata järkyttävän tapahtuman. Hän yrittää muodostaa käsitystä tapahtuneesta ja sen merkityksestä. Reaktiovaiheen alussa useilla ihmisillä esiintyy oudoiksi ja hämmäntäviksi koettuja tuntemuksia, kuten esimerkiksi, että menetetty ihminen olisi jossain lähellä tai että hänen äänensä kuuluisi jostakin. Ihmisen mieli yrittää vielä kieltää tapahtuneen, jolloin oudot tuntemukset ovat osa tätä prosessia. Reaktiovaiheeseen saattaa liittyä pelkoa ja ahdistusta sekä itsesyytöksiä ja tarvetta etsiä syyllisiä. Siihen voi liittyä myös unettomuutta ja ruokahaluttomuutta sekä vapinaa, pahoinvointia ja muita fyysisiä oireita. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Reaktiovaiheessa oleva tarvitsee konkreettisia ohjeita ja tukea arjesta selviämiseen sekä sitä, että toinen on läsnä ja kuuntelee. Tapahtuman käsittely on alkamassa tässä kriisin vaiheessa. Henkilö tasapainoilee sietämättömältä kokemukselta suojautumisen ja sen käsittelemisen aloittamisen välillä. Kriisin aiheuttanut tapahtuma toistuu usein muistikuvina hereillä ollessa ja nukkuessa tässä vaiheessa. Tapahtuma saattaa palautua yhtäkkiä hyvinkin elävästi mieleen esimerkiksi jonkun tuoksun tai äänen takia tai vaikka keskustellessa jonkun ihmisen kanssa. Henkilö voi nähdä tapahtuneesta painajaisia, mutta myöhemmin unet usein monipuolistuvat. Reaktiovaiheessa olevien tuntemukset ovat usein samankaltaisia ja niistä käytetään yllättävän samanlaisia ilmauksia kuten ”luulen tulevani hulluksi”, ”pää ei kestä”, ”selviätkö tästä ikinä?”, ”elämä tuntuu vuoristoradalta” sekä ”jatkuuko tämä tuska aina?”. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Kriisin reaktiovaiheessa henkilö tarvitsee tunnetta siitä, että häntä kuunnellaan. Hänellä saattaa olla tarve puhua tapahtumasta paljon, mikä voi tuntua raskaalta ja voimia vievältä hänen läheisistään. Puhumisella on kuitenkin tärkeä merkitys toipumisen kannalta. Puhuminen auttaa ymmärtämään tapahtunutta, tunteita on helpompi kohdata, kun niille antaa nimet, kokemuksia voi jakaa ja saada tukea saman kokeneilta ja puhumalla oma käytös tulee ymmärretyksi. Lisäksi puhuminen mahdollistaa tilanteen tarkastelun eri näkökulmista ja sen avulla tiedostaa tapahtuman merkityksen. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Kriisin aiheuttanut tapahtuma aletaan ymmärtää kriisin käsittelyvaiheessa. Sitä ei enää kielletä, vaan sen käsitetään olevan muutoksineen ja menetyksineen totta. Henkilö alkaa olla valmis kohtaamaan oman muuttuneen tilanteensa ja tapahtuman kaikki ulottuvuudet. Käsittelyvaiheeseen voi liittyä muisti- ja keskittymisvaikeuksia, ärtyneisyyttä ja sosiaalisista suhteista vetäytymistä. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Henkilö alkaa käsittelyvaiheessa tiedostaa kriisin aiheuttamat muutokset ja alkaa usein pohtia omaa identiteettiään, vakaumuksiaan ja uskomuksiaan. Tulevaisuutta ei vielä jaksakaan pohtia, mutta ajatukset alkavat liikkua muissakin asioissa kuin tapahtuneessa.

Henkilö kuitenkin valmistautuu suuntautumaan jälleen tulevaisuutta kohti. Tässä vaiheessa läheisensä menettänyt on valmis varsinaiseen surutyöhön. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

Tapahtunut alkaa hiljalleen muuttua osaksi elämää ja kokemusta omasta itsestä kriisin uudelleen suuntautumisen vaiheessa. Tapahtunut ei ole mielessä jatkuvasti ja sen kanssa pystyy elämään. Elämässä on myös iloa, ihminen kykenee suuntautumaan tulevaisuuteen ja luottamus elämään palautuu, mutta tuska voi kuitenkin nousta pintaan hetkellisesti. Tapahtuma ei enää hallitse tunne- ja ajatusmaailmaa, vaan siitä tulee vain merkittävä osa omaa elämäntarinaa. Tapahtuma on voinut tuoda henkilölle jopa lisää henkisiä voimavaroja ja se ei enää kuluta omaa mielenterveyttä. Tapahtumasta muistuttavat asiat saattavat kuitenkin vielä tuoda mieleen raskaita tuntemuksia ja tuottaa ahdistusta ja muita oireita. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019)

5.4.2 Kriisi ja hoitaja

Minttu Mannisen (2015) opinnäytetyössä, ”Traumaattinen kriisi– ohjeita äkillisen järkyttävän kokemuksen kohdanneille”, on pohdintaa kriisityöstä ammattilaisen näkökulmasta. Hän on oman kriisityön kokemuksensa perusteella huomannut, että työntekijä joutuu aika ajoin painimaan tietynlaisten kysymysten kanssa pystyäkseen tekemään työtänsä eettisesti ja asiakaslähtöisesti. Kriisityössä heräävät tunteet ja kysymykset koskettelevat muun muassa henkilön selviämistä oman tukiverkkonsa ja omien selviytymiskeinojensa avulla.

Joskus kriisityötä tehdessä, hoitaja saattaa huomata, ettei oikein tahtoisi päästää asiakkaasta irti ja luottaa siihen, että hän pärjää. Toisinaan siihen voi löytyä syy vaikka asiakkaan elämäntilanteesta. Aina sellaista ei kuitenkaan ole ja kysymys saattaakin olla hoitajan tarpeesta tuntea olevansa tarpeellinen tai asiakkaan herättämästä jostain muusta hoitajassa piilevästä tarpeesta. Kriisityötä tehdessään ihmisen on jatkuvasti kehitettävä itsensä reflektointia kyseenalaistamalla ajoittain työkäytäntöjä ja omia aja-

tuksiaan, tunteitaan ja tekojaan sekä käyttämällä hyödykseen työnohjauksen mahdollisuutta. Näin päästään todennäköisemmin tilanteeseen, jossa eettisyys toteutuu kriisi-työssä ja auttaa sekä asiakasta että työntekijää. (Manninen 2015, 23-24)

Kohdatessaan surevan omaisen on hoitajan siis hyvä tiedostaa omaisen kriisi ja suru. On hyvä puhua omaiselle kriisin eri vaiheista, jos tilanne sen sallii. Hoitotyössä ei aina ole mahdollista hoitaa ja ohjata omaista pitkäjäksoisesti, mutta olisi hyvä antaa kohtaamisessa hyvät eväät selviytymiseen kriisissä ja surussa. On hyvä tiedostaa kriisin eri vaiheita, jolloin tietää, että omaisen käytös johtuu kriisistä.

5.5 Hoitaja kohtaa surevan omaisen

5.5.1 Kohtaaminen

”Kohdatessasi surevan omaisen – muista, että sureva voit olla sinä itse tai sinun läheisesi.” (Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin toimintaohje potilaan kuoleman jälkeen. 2011)

Läheisen kuolema tulee useimmiten järkytyksenä. Yleensä omaisilla on ollut mahdollisuus valmistautua kuolemaan, mutta toisinaan kuolema tulee täysin varoittamatta. Se on erityisen raskas isku, kun vainaja on iältään nuori, kuolema tapahtuu äkillisesti tai kuolintapa on ollut erityisen järkyttävä. Omaisten tunteisiin vaikuttaa suuresti se, että onko kuolema ollut hyvä vai huono kuolema. Kuolema ei tunnukaan luonnolliselta osalta elämää, kun se tulee yllättäen ja erityisen järkyttävällä tavalla, se on ollut siis niin sanotusti huono kuolema. Se tuntuu joltain niin julmalta ja pimeältä, että kuoleman läsnäoloon tottuneet ammattilaisetkaan eivät mielellään kohtaisi sen todellisuutta ja ajattelisi sitä. Kuolemaa ei voi ymmärtää täysin. Menehtyneen läheiseltä voi viedä kaikki voimat menetyksestä seurannut tuska ja muuttunut elämäntilanne. Kohtaamiset ammattilaisten kanssa pian kuoleman jälkeen vaikuttavat suuresti omaisten oloon järkyttävän tapahtuman jälkeen. (Surevan kohtaaminen-hankkeen www-sivut 2019)

Surevan kohtaamiseen ei ole yhtä ainoata oikeaa ohjetta tai muistilistaa. Jokainen kohtaaminen on ainutkertainen. Ihmiset ovat hyvin yksilöllisiä, samoin surut ja menetykset. Se, mikä sopii toiselle ja lohduttaa toista, saattaa loukata toista. Tärkeintä on kohdata sureva rohkeasti ja aidosti olemalla läsnä ja olemalla oma itsensä. Hoitaja on tärkeässä asemassa kuuntelijana ja olemalla empaattinen. On hyvä ilmaista myötätuntoaan tavalla, joka on luonteenomaista juuri itselle, käyttämällä sanoja tai eleitä. Koskettamalla voi myös ilmaista myötätuntoa, mutta siinä on hyvä olla hienotunteinen, koska kaikki eivät koe kosketusta luontevana. Joskus käden tai olkapään puristuskin on riittävä. Ammattilaiselle on sallittua näyttää omat tunteensa, koska suurin osa surevista arvostaa tätä. On kuitenkin myös tärkeää tiedostaa omat tunteensa ja hallita niitä ammattilaisena niin, ettei sureva joudu tukemaan häntä. (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2019)

5.5.2 Kohtaamisen taito

On tärkeää olla välttelemättä surevaa. Sureva tulee kohdata rohkeasti esimerkiksi käytävällä tai odotustilassa tervehtimällä ja kysymällä vointia. Kuunteleminen on tärkeää ja se, että on aidosti läsnä. Jos ei tiedä mitä pitäisi sanoa niin on hyvä keskittyä kuuntelemaan surevaa. Aina sanoja ei välttämättä ole. ”En tiedä” on myös sallittu lause, jonka surevalle voi sanoa. Hoitajan kiire ei saisi näkyä surevalle. On siis tärkeää rauhoittua hetkeen ja unohtaa kiire hetkeksi. Puhuminen asioista, joista sureva haluaa puhua, on myös tärkeää. Vainajan nimen käyttäminen hänestä puhuttaessa on hyväksi. Hoitaja voi muistella yhdessä omaisen kanssa kuollutta ja antaa omaisen kertoa muistoja hänestä. Kaikki tunteet ovat kyseisessä hetkessä sallittuja. Neuvoja, tulkintoja ja omia johtopäätöksiä pitäisi vältellä. Hiljaisuuttakin tulee sietää. (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2019)

Kuolema on yksilöllinen kokemus. Hyvää tarkoittava hoitaja voi toisinaan katkaista toisen puheen antaakseen hyvän neuvon ja sureva kokee sen helposti ongelmansa vähättelyksi. Kuolema ei ole pelkkä keskustelun aihe, vaan se on todellinen tapahtuma seurauksineen. (Hänninen 2012, 143.)

Potilaat ja heidän läheisensä kaipaavat hoitotyöntekijöitä, jotka uskaltavat panna itsensä likoon työssään eivätkä pelkää omaa haavoittumistaan tai suruaan. (Grönlund & Huhtinen 2011, 142)

5.5.3 Surun kunnioittaminen

Hoitajan on tärkeää hyväksyä omaisen tuskan syvyys ja se, että kuolema on käsittämätöntä. Toivottomuus ja lohduttomuus on tärkeää hyväksyä. Surua ei voi selittää pois. Hoitaja ei saa vähätellä omaisen tunteita ja surua eikä vertailla. Omaista ei saisi myöskään yrittää piristää. Surulle ei voi määrittää kestoja eikä sitä voi tehdä pienemmäksi. Hoitajan tulee välttää ilmaisuja, jotka mitätöivät surua, kuten ”Tiedän miltä sinusta tuntuu”, ”Aika parantaa haavat, kyllä se siitä” tai ”Sinun täytyy olla nyt vahva, että voit tukea muita perheenjäseniä”. Jos omaiset ovat menettäneet lapsen, heille ei tule sanoa: ”Olette vielä nuoria, voitte saada vielä lisää lapsia”. Omaisille on annettava lupa surra ja sen hoitaja voi pukea sanoiksi. (Käpy – lapsi-kuolemaperheet ry:n www-sivut 2019)

5.5.4 Avun ja tuen tarjoaminen

Hoitaja voi kysyä surevalta, millaista tukea hän kaipaa. Surevalla ei ehkä ole alussa voimavaroja kertoa tai edes välttämättä tietoa siitä, mitä hän haluaa tai voisi tarvita. Tällöin hoitajalta vaaditaan omaa aktiivisuutta. Jos sureva kieltäytyy tuesta, häneltä on kysyttävä uudelleen jonkin ajan kuluttua. On hyvä keskustella useampia kertoja asiasta. Tulee huomioida kaikki perheenjäsenet ja heidän surunsa. On tärkeää arvioida perheen selviytymistä. Kuka tai mikä taho voisi olla arjessa apuna perheelle? Konk-

reettisten asioiden hoitaminen tulee sujua surussakin, kuten asioiden hoitaminen, kaupassa käynti, lastenhoito ja ruoanlaitto. Omaiset tulee ohjata avun piiriin, kuten kotihoidon palveluihin. (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2019)

Hoitajan tulee ohjeistaa omaista myös siitä, että internetin keskustelupalstoilla anonymiteetti eli nimettömyys keskusteluissa mahdollistaa sen, että siellä jaetaan myös paljon väärää tietoa. Internet on kuitenkin hyvä väline tiedonsaantiin, kunhan ymmärtää suodattaa tietoa ja hankkii tietoa luotettavista lähteistä.

Surevaa on autettava tunnistamaan ja löytämään omia voimavarojaan. Apua ja tukea on saatavilla eri tahoilta ja se tulee kertoa omaisille. On tärkeää rohkaista omaisia hakemaan apua ja vastaanottamaan sitä. On myös tärkeää kertoa siitä, että vertaistukea on olemassa. Se on monille hyvin tärkeää ja voimaannuttavaa. Tukeminen ja avun tarjoaminen on tärkeää, mutta myös aikaa ja tilaa täytyy antaa surevalle. Surevan tulee myös antaa niin sanotusti levätä surusta. Hänen täytyy saada tehdä tavallisia asioita omien voimiensa mukaan. Surevaan omaiseen tulisi olla yhteydessä myöhemminkin, vaikka aikaa on kulunut. Omaiselta voi tiedustella vointia ja ohjata häntä eteenpäin tuen pariin. (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2019)

”Jokaisen suru on yhtä yksilöllinen kuin sormenjälki.” (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2019)

5.5.5 Osanotto

Osanotto on rinnalle asettumista ja raskaan kuorman jakamista. Sanoilla ”otan osaa” on yleensä suuri positiivinen vaikutus surevalle. Osanotolla on merkitystä hänelle, jolla on suru kannettavana. (Hokkanen 2017, 69)

Jos sanoja ei löydy siinä hetkessä, kun hoitaja kohtaa surevan omaisen, on hyvä olla hiljaa, kuunnella ja sanoa vain ”otan osaa”.

5.5.6 Myötätuntouupumus

Hoitaja kuuntelee usein toisen ihmisen murheita työkseen. Siinä työssä on välttämättömyyttä osata asettua empaattisesti toisen asemaan. Joskus empatia voi kuitenkin mennä yli. Samaistuminen asiakkaaseen voi olla niin voimakasta, että tunnetila ottaa vallan auttajasta. Asiakkaan kokemus menee ihon alle, ja asiakkaan tunteista tulee auttajan tunteita. Silloin tunnetila alkaa ohjata auttajan tulkintaa tilanteesta ja asiakkaan tarpeista. Kokonaistilannetta on vaikea hahmottaa. Tunteet alkavat vyöryä päälle kesken asiakastapaamisten ja ahdistavat ajatukset seuraavat mukana myös työpäivän ulkopuolelle. Kyse on myötätuntostressistä, joka pitkittyneenä voi johtaa myötätuntouupumukseen. Lopputuloksena voi olla auttajan palaminen loppuun. (Soisalo 2018)

Myötätuntouupumus kehittyy hitaasti ja salakavalasti, yleensä huomaamatta. Myötätuntouupumuksessa on kyse työn aiheuttamasta uupumisesta, joka on sidoksissa työn emotionaalisiin haasteisiin. Psykkinen kuormittuminen kuuluu ihmissuhdetyöhön, mutta myötätuntouupumuksessa väsymys- ja kuormitustila on syvempi ja kokonaisvaltaisempi kuin tavallisessa työn tuomassa kuormituksessa. Yleisempiä ensimmäisiä myötätuntouupumisen oireita ovat yleensä eriaistiset fyysiset stressioireet kuten esimerkiksi unihäiriöt, kivut ja ruokahaluun liittyvät oireet. Uupumuksen edetessä ilmaantuu myös psyykkisiä oireita kuten muun muassa ilon ja nautinnon puute, itselääkintä, pelkojen lisääntyminen sekä maailmankuvan että ihmiskuvan pessimistinen muutos. Myötätuntouupumus ei kuitenkaan yleensä vie halua tehdä työtä ja sitoutua siihen. Levon ja itsehoidon lisäksi myötätuntouupumukseen sairastuneen on tärkeä hoitaa erityisesti ihmissuhteita ja ymmärtää vuorovaikutusprosessia. (Nissinen 2012, 31–36.)

5.6 Hautajaisjärjestelyt

5.6.1 Vainajan ja omaisten toiveiden kunnioittaminen

Hautaus tapahtuu vainajan uskontokunnan tai elämäkatsomuksen ja omaisten toiveiden mukaisesti. Vainaja on myös voinut eläessään antaa ohjeita hautaustaan varten.

Omaiset selvittävät onko vainajalla hautaustestamenttia tai onko heillä muuten tietoa siitä, miten hän olisi itse toivonut hautajaisensa järjestettävän. Vainajan toiveita tulisi kunnioittaa niin pitkälle kuin mahdollista. Läheisen menehtyessä hautaustoimistosta saa tietoa ja apua konkreettisiin toimiin hautajaisjärjestelyihin liittyen. (Hautaustoimistojenliittojen www - sivut 2019)

5.6.2 Apua hautajaisjärjestelyihin

Hautausjärjestelyt voi hoitaa itse tai käyttää hautaustoimistoa. Testamentti annetaan tiedoksi kaikille perillisille. Perunkirjoitus on tehtävä kolmen kuukauden kuluessa kuolemasta. Perunkirjoitusta varten tarvitaan aukoton selvitys ja virkatodistukset kuolinpesän osakkaista. (Kelan www - sivut 2019)

Hautajaisjärjestelyihin kannattaa laatia budjetti. Omaiset ovat yhteydessä seurakuntaan tai muuhun uskontokuntaan ja sopivat muistotilaisuuden sisällöstä järjestävän tahon kanssa. Hautaustoimiston kanssa sovitaan palveluista, joista hautaustoimisto hoitaa ja mitä omaiset hoitavat. Hautaustoimistossa valitaan arkku tai urna sekä vainajan siirtokuljetukset. (Hautaustoimistojenliittojen www - sivut 2019)

5.6.3 Omaisen kuolemaan liittyviä yleisiä hoidettavia asioita

Jos kuolema tapahtuu muualla kuin sairaalassa tulee kuolemasta ilmoittaa poliisille. Tarvittaessa poliisi huolehtii kuolemansyyn selvittämisestä ja tiedon välittämisestä eteenpäin. Sairaala tai hoitolaitos välittää kuolemasta tiedon Väestötietojärjestelmään, josta tieto etenee esimerkiksi Kelaan ja eläkelaitoksiin. (Kelan www - sivut 2019)

Kuolemasta tulee ilmoittaa Kelaan mahdollisimman pian, mikäli kuollut on saanut eläkettä, muutoin eläkettä voidaan maksaa turhaan ja ne peritään takaisin. Takaisinperintään ei tarvita kuolinpesän suostumusta. Kela maksaa eläkkeen sen kuukauden loppuun, jonka aikana saaja on kuollut. (Kelan www - sivut 2019)

Jos kuollut on saanut ennen menehtymisen hetkellä äitiysrahaa, lapsen isä voi saada sen vanhempainrahana. Valtion takaamaa opintolainaa, ei merkitä perukirjaan. Kela myöntää vapautuksen opintolainasta. (Kelan www - sivut 2019)

Kuolemasta tulee ilmoittaa postiin, jotta posti voidaan ohjata kuolinpesänhoitajalle. Leski tai kuolleen lapsi toimii usein kuolinpesänhoitajana. Kuolemasta tulisi ilmoittaa pankkiin, jotta kuolleen tiliä tai tallelokeroa ei voida käyttää väärin. Pankkiin ilmoitetaan myös kuolinpesänhoitaja, jolla on oikeus hoitaa kuolinpesän asioita. Kaikki edellä mainitut ilmoitukset tulee tehdä kirjallisesti. (Kelan www - sivut 2019)

Vakuutusyhtiölle ilmoitetaan, jos kuolleella on voimassa henkivakuutus tai muu vakuutus. Kuolleen työnantajalle ilmoitetaan, jotta palkan maksu voidaan lopettaa ja työnantaja voi hakea omaiselle korvausta ryhmähenkivakuutuksesta. Jos omaisella tai huollettavalla on oikeus perhe-eläkkeeseen, tulee täyttää leskeneläkehakemus ja lapseneläkehakemus. Se lähetetään Kelaan tai työeläkelaitoksen toimipisteeseen. Samalla hakemuksella voi hakea yhdestä paikasta sekä kansaneläkelain että työeläkelain mukaiset perhe-etuudet. Kelasta haetaan lapsilisään yksinhuoltajakorotus, jos omaisella on alle 17- vuotiaita lapsia. Sen voi saada, jos ei puolison kuollessa ole uudessa parisuhteessa. (Kelan www - sivut 2019)

Hautapaikka tulee hankkia ja, mikäli tuhkataan, on hautapaikka ilmoitettava krematorioon. Hautajaispäivä ilmoitetaan läheisille ja sovitaan arkunkantajista. Muistotilaisuuden koristelusta, kukista, kynttilöistä ja tarjoiluista tulee sopia ja ne varataan. Hautanhoidosta sovitaan hautausmaan ylläpitäjän kanssa. Hautakivi tai muistolaatta tulee tilata. Perunkirjoitus täytyy hoitaa kolmen kuukauden kuluessa kuolemasta. (Hautaus-toimistojenliittojen www - sivut 2019)

5.7 Hautajaiskustannukset

5.7.1 Yleistä kustannuksista

Vainajan varoista maksetaan pääsääntöisesti hautauskulut. Kuolinpesästä voidaan maksaa kohtuulliset hautauskulut, jotka kuuluvat niin sanottuihin pesänselvitysvelkoihin. Ne voidaan maksaa ennen kuolinpesän muiden velkojen maksamista, mutta velkojen oikeuksien suojaamisen vuoksi hautauskulut on pidettävä kohtuullisina. Liian kalliit hautajaiset loukkaisivat velkojen oikeuksia saada velkansa perittyä. Jos muu kuin pesän osakas on huolehtinut hautauskuluista, on hänellä oikeus saada kuolinpesän varoista kohtuulliset korvaukset. (Minilex- www-sivut 2019)

Hautajaiskustannukset riippuvat monista eri valinnoista, koska jokainen hautaus tilaisuus on yksilöllinen. Myös hautauspaikkakunta ja paikkakunnan tarjoamat vaihtoehdot vaikuttavat suuresti. Vaihtoehtoja ja valintaperusteita on monia. Eri hautaus toimistoista hintoja selvitettäessä ilmeni, että keskimäärin Suomessa käytetään hautajaisiin 3000-4000€. Tähän sisältyy yleensä arkku, urna, kuljetukset, kukat, muistotilaisuus, lehti-ilmoitukset ja seurakunnan kustannukset. Kokonaiskustannukset voivat edullisimmilla vaihtoehdoilla jäädä alle 1000 euron, kun taas ylärajaa kustannuksille ei ole, mutta niin ei ole muidenkaan juhlien järjestämisessä.

5.7.2 Hautaaminen

Evankelis-luterilaisen kirkon seurakunta on pyydettyäessä velvollinen osoittamaan hautasijan vainajalle, jonka kotikuntalain tarkoittama kotikunta oli seurakunnan tai seurakuntayhtymän alueella. Jos kotikuntaa ei ollut, on velvollisuus sillä evankelis-luterilaisen kirkon seurakunnalla tai seurakuntayhtymällä, jonka alueella vainaja kuollessaan asui. Lisäksi hautasija tulee vaadittaessa osoittaa kuolinhetkellä ulkomailta asuneelle Suomen kansalaiselle, jonka viimeinen kotikunta ennen ulkomaille muuttamista oli evankelis-luterilaisen kirkon seurakunnan tai seurakuntayhtymän alueella. Hautasija on pyynnöstä osoitettava tunnustuksettomalta hauta-alueelta, joka on erillinen

hautausmaa tai muusta hautausmaasta selvästi erottuvalla tavalla rajattu osa. (Hautaus-toimilaki 457/2003, 2. luku 4–5 §.)

Evankelis-luterilaisen kirkon seurakunta, muu rekisteröity uskonnollinen yhdyskunta tai muu rekisteröity yhteisö tai säätiö voi periä maksuja hautasijan luovuttamisesta, hautaamiseen liittyvistä palveluista ja haudan hoidosta. Maksut saavat olla enintään palvelun tuottamisesta aiheutuvien kustannusten suuruiset. Maksujen perusteiden tulee olla samat kaikille, joilla on oikeus tulla haudatuksi seurakunnan tai seurakuntayhtymän hautausmaalle. Hautausmaata ei saa ylläpitää taloudellisen voiton tavoittelemiseksi. (Hautaus-toimilaki 2 § 6)

5.7.3 Arkku

Suomessa kaikki vainajat saatetaan arkussa, joko hautaan tai tuhkaukseen. Arkku on keskeisellä sijalla läheisen viimeisellä matkalla, koska hautajaiset järjestetään siis aina arkun kanssa. Ajatuksella valittu arkku kuvastaa juuri niitä asioita, joilla vainajan ainutkertaista elämää halutaan kunnioittaa. (Krematoriosäätiön www-sivut 2019)

Eri hautausoimistoilta kysyttäessä hintoja ruumisarkuista ilmeni, että edullisimmat arkut maksavat kolmen sadan euron kahden puolen. Hintahaitari on laaja. Esimerkiksi halvimmat käsittelemättömät puuarkut maksavat noin 350 euroa. Kalleimmat tammiarkut voivat maksaa nelisen tuhatta euroa.

5.7.4 Vainajan laitto

Vainaja kunnostetaan aina. Vainajalta kammataan hiukset, puetaan vaatteet päälle sekä puhdistetaan mahdollinen veri tai muu lika kasvoilta pumpulilla ja vedellä. Kaksi hautausoimiston työntekijää pukee yleensä vainajan. Vainaja voidaan pukea omiin vaateisiin, mutta suurin osa omaisista valitsee edesmenneen läheisensä päälle perinteisen hautausoimiston tarjoaman vaatetuksen. Miehillä se tarkoittaa solmiollista ja naisilla pitsiröyhelökauluksista paitaa sekä sukkia. Arkun kansi suljetaan sen jälkeen, kun

vainajan päälle on aseteltu peitto ja kasvoliina. Vainajan valmistelu ja arkkuun laitto maksavat erikseen hinnoiteltuna muutaman sata euroa. (Simola, 2015)

5.7.5 Uurna

Arkun lisäksi tarvitaan urna, mikäli vainaja tuhkataan. Vainaja tuhkataan arkussa, joten arkku tarvitaan myös tuhkahautauksissa. Tuhkauurna tulee valmistaa maatuovista materiaaleista. (Krematoriosäätiön www-sivut 2019)

Vainajan tuhka on haudattava tai muulla tavoin sijoitettava pysyvästi yhteen paikkaan vuoden kuluessa tuhkaamisesta. Tuhkauurnansaajan on ilmoitettava kirjallisesti krematorion ylläpitäjälle, minne tuhka sijoitetaan, ennen tuhkan luovuttamista. Jos hautausjärjestelyistä vastaavat henkilöt eivät vuoden kuluttua tuhkaamisesta huolehdi tuhkasta krematorion kehotuksesta huolimatta, sijoitetaan tuhka vainajan kuolinpesän kustannuksella sille hautausmaalle, johon vainajalle on oikeus tulla haudatuksi. Alueen omistajan tai haltijan suostumus on oltava aina tuhkan sijoittamisesta maa- tai vesialueelle. Epäselvyyksien välttämiseksi suostumus on hyvä hankkia kirjallisena. Jos yksityistä hautapaikkaa ei muodosteta, vainajan tuhkan hautaamiseen ei tarvita aluehallintoviraston lupaa. Jos vainajan tuhka sijoitetaan maahan siten, ettei paikalle tule hautamuistomerkkiä tai muuta näkyvää merkkiä haudasta, yksityistä hautapaikkaa ei muodostu. Aluehallintovirastolta tulee hakea lupa yksityisen haudan perustamisesta, jos vainajan tuhka halutaan sijoittaa maa-alueelle sekä asettaa paikalle muistomerkki tai muita näkyviä merkkejä. (Aluehallintoviraston www-sivut 2019)

Eri hautaustoimistoista kysyttäessä ilmeni, että halvimmat ekouurnat maksavat alle viisikymppiä, mutta tuotevalikoimasta löytyy myös kalliimpia vaihtoehtoja. Kalleimmat urnat liikkuvat tuhannen euron hintaluokassa.

5.7.6 Kuolinilmoitus lehteen

Vanhastaan on ollut tapana, että kuolinilmoituksella lehdessä kerrotaan muille, mitä on tapahtunut. Kulttuurimme on muuttunut tältä osin merkittävästi viime vuosina. Kuolinilmoitus toimii yhä edelleen kutsuna hautajaisiin, mutta nykyään enemmistö kuolinilmoituksista julkaistaan lehdissä vasta hautajaisten jälkeen. Se tarkoittaa useimmille sitä, että kuolinviesti ja hautajaiskutsu pitää hoitaa jotenkin toisin. Vaikka kuolemasta ilmoitettaisiin lehdessä ennen hautajaisia, muuttoliike on hajauttanut omaisia ja ystäviä yhden lehden levikkialueen ulkopuolelle, joten korvaavia välineitä tarvitaan. On hyvä miettiä etukäteen, ovatko soitto, tekstiviesti ja sähköposti hyviä välineitä kertoa kuolemasta. (Laakso 2014, 17)

Kuolinilmoitus Satakunnan Kansaan maksaa 268 e tai 536 e riippuen siitä ottaako yksivai kaksipalstaisen ilmoituksen. Kaksipalstainen maksaa enemmän. (Satakunnan Kansan www-sivut 2019)

Helsingin Sanomiin kuolinilmoitus maksaa 409-640 e riippuen ilmoituksen koosta ja julkaisupäivästä. Sunnuntai on julkaisupäivistä kallein ja arkipäivät halvempia vaihtoehtoja. (Helsingin Sanomien www-sivut 2019)

Kuolinilmoituksissa käytetään Suomessa tavallisesti kristillisiä symboleja. Yleisin on risti. Joskus ristiin liitetään lintu, enkeli, palmunoksa tai rukouslamppu. Perinteisesti lintu on sielun symboli, palmunoksa ikuisen elämän ja rauhan vertauskuva. Joskus ristin rinnalla tai sen paikalla voi olla vainajalle tärkeän yhteisön, esimerkiksi veteraanien tunnus. Muut kuvat, kuten purjevene tai auringonlasku, liittyvät lähinnä vainajan harrastukseen tai kertovat elämän päättymisestä. (Repo 2017, 13)

5.7.7 Kukkaset

Kukat muistuttavat rakkaudesta ja kristinuskon opein ylösnousemuksen puutarhasta, mutta myös katoavaisuudesta. Tapana on hankkia kukkakoriste arkun päälle. Muut

kukkatervehdykset lasketaan joko siunaustilaisuuden alussa tai loppupuolella. Lähimmät omaiset laskevat kukkalaitteensa ensimmäisenä. Hetkessä voi lausua muistotervehdyksen, runon tai raamatuntekstin tai silloin voi olla myös vain hiljaa. Toiveena omaisilla voi myös olla, että vainajaa muistetaan vaikkapa vain yhdellä ruusulla. (Heltelä 2018, 54)

Arkunkoriste on siunaus - ja saattotilaisuudessa arkun päällä. Eri hautaustoimistoista hintoja selvittäessä ilmeni, että arkun kukkalaitteen hinta vaihtelee 50-300 euron välillä. Omaisten kukkalaitteet voivat olla kukkavihkoja, kimppuja tai seppeleitä. Saattoväki laskee kukkalaitteet, joko arkun ympärille tai haudalle, riippuen hautaustavasta. Näiden kukkien hinnat ovat 20 eurosta ylöspäin.

5.7.8 Kuljetukset

Muutama kuljetus tarvitaan myös viimeisellä matkalla. Eri hautaustoimistoista selvittäessä hintoja ilmeni, että pidemmät matkat laskutetaan yleensä kilometrihinnalla. Lyhyet matkat kuuluvat hautaustoimiston peruspakettiin. Paikalliskuljetukset hoituvat yleensä kokonaisuudessaan alle 500 euron. Vainajaa ei saa nostaa yksin. Apumiehen palkka on tunnilta noin 40 euroa.

5.7.9 Hautamuistomerkki

Kivi on Suomessa perinteinen hautamuistomerkki. Kivi on lähes ikuinen materiaali. Se edustaa pysyvyyttä, koska muistot säilyvät, vaikka läheinen onkin jo poissa. Myös hautaristejä, joko metallisia tai puisia, on saatavilla. Vainajasta kertova muistomerkki on hautapaikan ja haudattujen vainajien tietojen merkitsemistä varten. Hautakivi ja hauta muodostavat vainajan perheelle ja ystäville muistelupaikan. (Hautaustoimistojen liiton www - sivut 2019)

Kivien koot määräävät seurakunnat. Eri hautaustoimistoista selvittäessä hautakivien hintoja ilmeni, että matkalaukkumallinen valmiskivi, joka on 40 senttimetri korkea ja

50 senttimetriä leveä, maksaa noin 500 euroa. Hinta nousee koon ja tarvittavan käsityön mukaan. Hinta voi vaihdella 150-2000 euron välillä. Hinta voi nousta tuhansiin euroihin, jos omaiset haluavat suunnitella kiven itse. Koon lisäksi kivilaji, muoto, tekstityypit sekä matka- ja pystytyskulut vaikuttavat hautakiven hintaan. Uurnahautojen kivet ovat pienempiä ja edullisempia kuin arkkuhautojen kivet.

5.7.10 Muistotilaisuus

Yleensä siunaustilaisuuden, hautauksen tai muun hautajaisilaisuuden jälkeen seuraa muistotilaisuus, jossa saattoväki kokoontuu yhteen muistelemaan vainajaa. Hautajaisvieraille on tapana järjestää ruoka- tai kahvitarjoilu sekä vainajan muistoa, vakaumusta ja elämää sekä persoonallisuutta kuvaavaa ohjelmaa. Seurakuntien tilat sopivat yleensä hyvin muistotilaisuuksien järjestämiseen. Muistotilaisuuden voi myös järjestää ravintolassa tai vainajan tai omaisen kodissa. Muistotilaisuutta suunniteltaessa on otettava huomioon ainakin seuraavat asiat: henkilömäärä, haluttu tarjoilu, koristelu, haluttu ajankohta, paikan saatavuus ja paikan varusteet kuten soittimet, keittiö sekä pöydät. Hautaustoimisto voi auttaa tilaisuuden suunnittelussa, järjestelyissä ja varausten tekemisessä. Mahdollinen pitopalvelu huolehtii luonnollisesti astioista, keittiöstä ja paikan siivouksesta. (Hautaustoimistojen liiton www - sivut 2019)

Eri pitopalveluista kyseltäessä muistotilaisuuden tarjoilujen hintoja selvisi, että hinnat liikkuvat 15 eurosta ylöspäin henkilöä kohden. Seurakuntien juhlatilat ovat yleensä ilmaisia, jos vainaja oli seurakunnan jäsen. Jos vainaja ei kuulunut seurakuntaan, voi tilasta joutua maksamaan muutaman sata euroa. Muiden juhlapaikkojen vuokran hinnat liikkuvat selvittäessä parista sadasta eurosta ylöspäin. Erikseen saatetaan hinnoitella muun muassa pöytäliinat ja astiat.

5.8 Varattoman hautajaiset

Hautajaiset maksetaan vainajan omista varoista. Jos kuolinpesä on todettu varattomaksi, eivätkä omaisetkaan halua tai pysty hautajaisia maksamaan, voidaan hautaus-

kuluihin hakea avustusta vainajan viimeisen asuinpaikan sosiaalitoimesta. Sosiaali-toimi kustantaa yleisesti välttämättömät minimi hautauskustannukset. Omaiset eivät ole velvollisia maksamaan varattoman vainajan hautajaisia tai hautauskuluja omilla varoillaan. (Minilex- www-sivut 2019)

Vainajan asuinkunnan sosiaalitoimisto huolehtii varattoman tai vähävaraisen vainajan hautaamiskustannuksista. Toimeentulotukea on haettava viipymättä sosiaalitoimesta. Toimeentulotukena myönnettävä hautausavustus kattaa yleensä vain välttämättömät hautauskustannukset edullisimman vaihtoehdon mukaan. (Minilex- www-sivut 2019)

Toimeentulotuki on sosiaalihuoltoon kuuluva viimesijainen taloudellinen tuki, jolla turvataan vähintään ihmisarvoisen elämän kannalta välttämätön toimeentulo ja edistetään henkilön ja perheen itsenäistä selviytymistä. (Laki toimeentulotuesta 30.12.1997/1412 1 §)

Toimeentulotukilain 7 c §:n mukaan täydentävää toimeentulotukea myönnettäessä otetaan tarpeellisen suuruisina huomioon lasten päivähoitomenot, muut kuin 7 b:ssä tarkoitetut asumisesta aiheutuvat menot, sekä erityisistä tarpeista tai olosuhteista johtuvat, toimeentulon turvaamiseksi tai itsenäisen suoriutumisen edistämiseksi tarpeelliseksi harkitut menot. Esimerkiksi pitkäaikaista toimeentulotuen saamista, pitkäaikaista tai vaikeaa sairautta ja lasten harrastustoimintaan liittyviä erityisiä tarpeita voidaan pitää henkilön tai perheen erityisenä tarpeena tai olosuhteena. Välttämättömät hautausmenot kuuluvat täydentävän toimeentulotuen piiriin. (Laki toimeentulotuesta 7 c §)

Välttämättömät hautausmenot voidaan hakemuksesta huomioida toimeentulotuessa toimeentulotukilain 7 c §:n mukaisina erityisistä tarpeista tai olosuhteista johtuvina menoina. Toimeentulotukea voidaan myöntää kuolinpesän varojen ja hyväksyttävien hautauskulujen välinen erotus. Kuolinpesälle kuuluvasta varallisuudesta tuki myönnetään täydentävänä ja takaisinperinnällä. Vaikka kuolinpesä vaikuttaisi päätöksen teko-
hetkellä varattomalta, on mahdollista, että varallisuutta kuitenkin on. (Sallinen 2014, 20)

5.9 Perunkirjoitus

5.9.1 Perunkirjoituksen tarkoitus

Perunkirjoitus on tilaisuus, jossa selvitetään kuolinpesän asiat kuntoon. (Perukirja nettissä [www-sivut 2019](#))

Perunkirjoituksella on kolme tarkoitusta. Se toimii ensisijaisesti osaksluettelona, koska perukirjasta ilmenevät kaikki perilliset ja testamentinsaajat. Toiseksi se on yhteenveto vainajan varoista ja veloista. Kolmanneksi se on veroilmoitus, jonka perusteella perillisille määrätään omaisuudesta menevä perintövero. Se ei yksinään luo perillisille omistusoikeutta tiettyihin vainajan esineisiin. Omaisuuden jakaminen voidaan toimittaa hyvinkin pitkän ajan kuluttua vainajan kuolemasta ja se edellyttää erillistä perinnönjakoa. Pikaiseen jakamiseen patistaa kuitenkin verottaja. Siitä riippumatta, onko pesä jaettu vai ei, tulevat osakkaille maksuun perintöverot. Perunkirjoitus on tilaisuus, johon on kutsuttava todistettavasti kaikki perilliset eli pesän osakkaat. Heitä ovat useimmiten leski ja lapset. Rintaperilliset ovat myös nimitys, joita lapsista käytetään. Osakkaita ovat yleensä sisarukset, mikäli vainaja oli naimaton. Aiemmin kuolleen osakkaan sijaan tulevat hänen lapsensa, jos pesän osakas on kuollut ennen perittävää. (Lakineuvon [www-sivut 2019](#))

5.9.2 Perunkirjoituksen järjestäminen

Kolmen kuukauden kuluessa kuolemasta on järjestettävä perunkirjoitustilaisuus. Perunkirjoitustilaisuudessa tehdyn selvityksen perusteella laaditaan perukirja. Perukirja on asiakirja, jossa luetteloidaan vainajan omaisuus ja velat, eli selvitetään kuolinpesän tila. (Verohallinnon [www-sivut 2019](#))

Kuolinpesän osakas, joka todellisuudessa hoitaa kuolinpesään kuuluvaa omaisuutta, vastaa perunkirjoituksen järjestämisestä. Tämän vuoksi vastuu perunkirjoituksen järjestämisestä lankeaa usein vainajan leskelle tai lapselle. Joissain tapauksissa vainaja

on voinut testamentissa määrätä esimerkiksi jonkun kuolinpesän osakkaista järjestämään perunkirjoituksen, jolloin se jää hänen tehtäväkseen. (Perukirja netissä www-sivut 2019)

Kannattaa kuitenkin huomata, että koko prosessin hoitaminen ja perukirjan laatiminen ei ole sama asia kuin perunkirjoituksen järjestäminen. Kuolinpesän osakas voi halutessaan täyttää oman järjestämisvelvollisuutensa esimerkiksi palkkaamalla jonkun toisen henkilön, hautaustoimiston tai asianajajan huolehtimaan perunkirjoituksesta ja perukirjasta. (Perukirja netissä www-sivut 2019)

Kaikilla osakkailla on yhtäläinen velvollisuus järjestää perunkirjoitus, jos vainajan omaisuus on jäänyt useamman kuin yhden pesän osakkaan hoitoon. Tällaisissa tapauksissa kannattaa kuitenkin sopia, että yksi pesän osakas vastaa perunkirjoituksesta ja hänelle annetaan työstä esimerkiksi rahallinen palkkio. Voidaan myös ottaa suoraan ulkopuolinen toimija mukaan. (Perukirja netissä www-sivut 2019)

Omaisilla suositellaan harkitsemaan ulkopuolisen asiantuntijan palkkaamista, jos kuolinpesän osakkaat eivät pääse sopuun perunkirjoituksen järjestämisestä tai tehtävien jaosta ja kuolinpesässä on varoja. Velkaisen kuolinpesän tapauksessa ulkopuolisen palkkaamista kannattaa harkita tarkkaan, koska tilaaja vastaa kustannuksista henkilökohtaisesti. Sopimus tehdään aina kuolinpesän osakkaan kanssa, koska toisin sanoen perunkirjoittajat eivät yleensä hyväksy kuolinpesää tilaajaksi. (Perukirja netissä www-sivut 2019)

5.9.3 Perukirjan laatiminen

Perukirjassa tulee ilmetä vainajan perilliset, leski, mahdolliset toissijaiset perilliset, testamentinsaajat sekä kunkin osoite ja henkilötunnus. Siinä tulee olla myös kuolinpesän ilmoittaja ja kaksi uskottua miestä, joiden on allekirjoitettava perukirja. Perintöverotusta koskevia ilmoituksia ja tiedusteluja vastaanottavan pesänhoitajan yhteys-

tiedot tulee olla perukirjassa. Perillisen tai testamentinsaajan sukulaisuussuhde vainajaan tulee olla näkyvissä. Siinä tulee olla myös se, että onko osakas tuloverolaisissa tarkoitettu avopuoliso, joka tarkoittaa perinnönjättäjän kanssa avoliitossa elänyt henkilö, joka on aikaisemmin ollut avioliitossa perinnönjättäjän kanssa tai jolla on tai on ollut yhteinen lapsi perinnönjättäjän kanssa. (Verohallinnon www-sivut 2019)

Perukirjassa tulee olla vainajalla ja leskellä kuolinpäivänä olleet henkilökohtaiset ja yhteiset varat ja velat, mutta kuitenkin valtion takaamaa opintolainaa ei merkitä perukirjaan. Vainajan ja lesken avio-oikeus toistensa omaisuuteen tulee käydä ilmi sekä lesken ilmoitus siitä, luovuttaako hän tasinkona omaisuuttaan ensiksi kuolleen puolison perillisille. Perukirjassa tulee olla ilmoitus siitä, pitääkö leski kuolleen puolison jäämistön jakamattomana hallinnassaan, vai pitääkö hän hallinnassaan vain jonkin osan siitä. Tästä on esimerkkinä puolisojen yhteinen koti. (Verohallinnon www-sivut 2019)

Perukirjassa tulee olla testamentti ja mahdolliset lakiosavaatimukset sekä mahdolliset ennakkoperinnöt, joita ovat myös leskeltä saadut, ja sellainen lahja, jonka perillinen tai testamentinsaaja on saanut perinnönjättäjältä kolmen viimeisen vuoden kuluessa ennen tämän kuolemaa Lahjan saantiajankohta, arvo ja laatu tulee näkyä perukirjassa. Perittävän kuoleman johdosta kuolinpesälle tai edunsaajalle henkilövakuutuksen nojalla maksetut vakuutusmaksut sekä niiden saajat ja määrät tulee näkyä perukirjassa. Perunkirjoituksen toimittamisen perustana olevat asiakirjat tulee myös lisätä perukirjaan. (Verohallinnon www-sivut 2019)

Perukirjasta tarvitaan vain yksi kopio Verohallintoon. Perukirja kannattaa kuitenkin tehdä useampana allekirjoitettuna ja alkuperäisenä kappaleena, koska sitä tarvitaan aina kun halutaan selvittää, ketkä ovat oikeutettuja edustamaan kuolinpesää. Sitä tarvitaan esimerkiksi silloin, kun halutaan rekisteröidä omaisuutta perinnönsaajan nimiin tai asioidaan pankissa kuolinpesän asioissa. (Verohallinnon www-sivut 2019)

Perunkirjoituksen toimittamiselle voi hakea lisääaikaa. Pidennykselle täytyy olla perusteltu syy. Lisääaikaa perunkirjoituksen toimittamiselle täytyy hakea kolmen kuukauden kuluessa kuolemantapauksesta. (Verohallinnon www-sivut 2019)

6 PROJEKTIN SUUNNITTELU

6.1 Aikataulu

Opinnäytetyömme prosessi eteni alkuun hoitotyön tutkimus- ja kehittämismenetelmien opintojakson mukaisesti. Opintojaksoon liittyvien tehtävien vuoksi tutustuimme kattavasti erilaisiin opinnäytetöihin ja tutkimusmenetelmiin. Samaan aikaan oma opinnäytetyömme alkoi muotoutua. Suunnitteluseminaariin valmistui projektisuunnitelma, jonka jälkeen aloitimme opinnäytetyön työstämisen itsenäisesti kesällä 2018. Tutustuimme aiheeseen laajemmin ja etsimme lähdemateriaalia. Kesän aikana kävimme hautausoimistoissa ja perehdyimme sieltä saamiimme materiaaleihin sekä hautausoimiston virkailijan haastatteluun kuoleman jälkeisistä toimista. Opinnäytetyömme tulisi olla valmis toukokuussa 2019.

6.2 Resurssit ja riskit

Resursseina tarvitsemme lähinnä oman työpanoksemme. Rahallisia resursseja ei ole eikä työn tekeminen niitä edellytä. Riskeinä ovat aikataulun pettäminen sekä työn ja opintojen yhdistämisestä johtuvat aikataululliset haasteet työn etenemistä ajatellen.

6.3 Eettiset näkökulmat

Opinnäytetyön prosessin ajan on tärkeää tiedostaa se, että kuolema on ihmisen elämässä yksi suuremmista kriiseistä. Kuolema kuuluu elämään ja hoitotyöhön, mutta on silti aina ainutlaatuinen tapahtuma. Opinnäytetyötä tehdessämme meidän tulee ottaa huomioon asian herkkyyks. Käyttämämme aineiston tulee olla luotettavaa tietoa. Projektin kaikissa vaiheissa vältetään epärehellisyyttä. Luvatonta lainaamista eli plagiointia ei saa harrastaa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 25.)

Plagioinnilla voidaan tarkoittaa toisen henkilön kirjoittaman tekstin suoraa lainaamista tai kopiaointia ilman lähdeviitettä. Kun viitataan asiasisältöihin, tulee käyttää lähdeviittemerkintöjä. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2010, 182.)

7 PROJEKTIN TOTEUTUS

Projekti on edennyt opintojakson aikataulun mukaisesti. Valitsimme opinnäytetyön aiheen tammikuussa 2018, jonka jälkeen aloitimme projektin suunnitteluvaiheen. Alkuvuodesta 2018 teimme projektisuunnitelman. Tämän jälkeen esittelimme aineiston ja perustelimme metodin, jolla opinnäytetyötä lähdettiin toteuttamaan. Projektin tilaajan kanssa pohdimme yhteistyössä mitä asioita työssä tulisi esitellä ja kävimme avointa keskustelua aiheen rajaamisesta. Olemme hakeneet ja saaneet ohjausta opinnäytetyön eri vaiheissa työtä ohjaavalta opettajalta.

8 PROJEKTIN TUOTOS

Projektimme tuotoksena syntyi opas omaisten ohjaamisesta kuoleman kohdatessa, joka on suunnattu hoitotyön opiskelijoille tueksi opintoihin. Oppaaseen koottiin kuolemaan liittyvää lainsäädäntöä, konkreettista tietoa kuoleman jälkeisistä järjestelyistä, omaisten ohjaamisesta ja siitä miten hoitajan tulee kohdata sureva omainen silloin kun kuolema on koskettanut häntä. Oppaan kanteen valitsimme meidän, opinnäytetyön tekijöiden, itse ottaman valokuvan kynttilästä, joka on harras ja kuolemaan liittyvä.

9 PROJEKTIN ARVIOINTI

9.1 Tuotoksen arviointi

Olemme arvioineet oppaan sisältöä jatkuvasti työstämisvaiheessa. Oppaan sisältöä ja sen toimivuutta lienee vaikea tilastollisesti arvioida, koska opiskelijat eivät välttämättä kohtaa kuolemaa vasta kuin sitten, kun ovat olleet pitkään työelämässä.

Tutkimuksen tärkein ominaisuus on sen pätevyys eli validiteetti. Se, voidaanko tuloksiin luottaa, ratkaistaan pätevyysarvion perusteella. Jollei voi, ei tutkimusta pidä lainkaan käyttää menetelmän arvioinnin aineistona. Oleellista on selvittää ovatko jotkin tekijät vaikuttaneet tuloksiin niin, että johtopäätös voi olla väärä, tai kuvaavatko tulokset toimenpiteen todellista vaikutusta. (Mäkelä, Kaila, Lampe & Teikari 2007, 62.)

Voidaan pohtia, onko tutkimuksen tuloksilla merkitystä potilaiden hoidossa, jos tutkimus on tehty hyvin. Tilastollisesti merkitsevä tulos ei aina tarkoita, että hoito antaisi potilaille kovinkaan suurta terveyshyötyä. Tulosten sovellettavuutta eli käyttökelpoisuutta on mietittävä suomalaisessa väestössä. Tutkimuksista, jotka on suunniteltu, toteutettu ja raportoitu hyvin, koostuu vahva tieteellinen näyttö. Sen perusteella mitä tutkijat julkaisussa kertovat, arvioidaan tutkimuksen laatu. Vaikka tutkimus olisi arvioitu tasokkaassakin lääketieteellisessä lehdessä, järjestelmällinen, kriittinen arviointi on tarpeen. (Mäkelä ym. 2007, 63.)

Hoitajan taitoa ohjata omaisia kuoleman kohdatessa, voitaisiin arvioida tekemällä tutkimuksia kuolleen potilaan omaisille. Tutkimuksessa tai mahdollisesti haastattelussa voitaisiin kysyä omaisten mielipidettä siihen, kuinka hyvää ohjausta he ovat saaneet sillä hetkellä ja aikana sen jälkeen, kun heidän omaisensa kuoli. Tutkimus voisi olla siis haastattelu, jossa haastateltava omainen ja tutkija ovat samassa rauhallisessa tilassa ja omainen saa kertoa mielipiteensä rauhassa ilman johdattelua. Tutkimus voitaisiin toteuttaa myös kirjallisena kyselynä, mutta tulosten lukeminen voi olla haastavaa, koska kyselyssä pitäisi olla vapaasti kirjoitettava kohta. Kaikki tilanteet ovat ainutlaatuisia ja on vaikeaa keksiä täsmä-kysymyksiä aiheesta. Omaisen pitäisi siis antaa kertoa vapaasti mielipiteensä.

Taitoa kohdata sureva omainen voi arvioida myös siten, että kuulustellaan hoitotyön opiskelijoita siitä, ovatko he saaneet varmuutta tilanteisiin, joissa kohtaavat surevan omaisen. Tämä varmuus näkyy kuitenkin vasta myöhemmin ja tuloksia pitäisi arvioida pitkällä aikavälillä. Taito on myös sellainen, että sitä pitäisi hoitotyön opiskelijan ja myöhemmin ammattilaisen pitää yllä jatkuvasti. Kyseisiä tilanteita ei tule joka päivä vastaan, mutta kuolema on kuitenkin olennainen osa hoitotyötä.

9.2 Työn tavoitteen saavuttamisen arviointi

Arvioinnin kriteerit mietitään, kun tunnetaan arvioinnin asiakas ja tavoitteet ja tiedetään, mihin päätöksiin arviointi vaikuttaa. Kriteerit ovat asioita, joita voidaan määrittellä yksiselitteisesti ja mitata sopivien mittarien avulla. Liian aikaisin toteutettu arviointi saattaa antaa virheellisen kuvan tilanteesta. Toiminnan muuttuminen vie yleensä aikaa. (Mäkelä ym. 2007, 167-168.)

Arviointiin täytyy siis varata aikaa, koska tilanteita, joissa potilas kuolee, tulee harvakseltaan. Se myös riippuu toimenkuvasta, kuinka usein näitä tilanteita tulee. Jos opiskelija päätyy esimerkiksi nuorten mielenterveystyöhön, on näitä tilanteita luultavasti vähemmän kuin esimerkiksi saattohoitokodissa.

Hoidot, toimintasuositukset ja koko organisaatio saattaa vuosien kuluessa muuttua, jolloin liian myöhään tehty arviointi saattaa olla myös altis virheille. Uusi toiminta on voinut vuosien myötä ehtiä vakiintumaan, jolloin myöhäisiä arvioinnin tuloksia on vaikea hyödyntää toiminnan kehittämisessä. Viisi vuotta useimmiten on liian pitkä odotusaika muutoksen arvioinnille ja vuosi on liian lyhyt aika. (Mäkelä ym. 2007, 167-168.)

Kehittämiskohteen arviointi suunnitelma voisi olla, että tuloksia arvioitaisiin muutamana vuoden sisällä. Opas annettaisiin loppuvaiheen opiskelijoille. Tällöin opiskelijat ovat ehtineet työelämään ja heidän kohdalleen olisi tullut kuoleman tapauksia, joissa kohtaavat surevia omaisia ja ovat päässeet heitä ohjaamaan.

Ne tilanteet ovat kuitenkin ainutlaatuisia ja herkkiä, joissa työntekijä tai opiskelija kohtaa omaisen, jonka omainen on kuollut. Tilanteessa ei voi lukea paperista vaan on hoidettava tilanne niin sanotusti ulkomuistista. Opas ei siis voi olla apuna paperisena näissä tilanteissa, vaan se jää hoitotyön opiskelijan mieleen ja jota opiskelija tai työntekijä hyödyntää ulkomuistista. Kuitenkin sitten, kun asiaan perehdytään syvemmin, jotta käsitellään konkreettiset asiat, on hyvä keskustellessa tukeutua oppaaseen. Tämän varmasti omaisenkin ymmärtää.

Tätä voisi verrata esimerkiksi siihen, kuinka ihminen toimii hätätilanteessa, kun on ensin käynyt ensiapukurssin. Tietoja ei kerkeä tai pysty tarkistamaan mistään siinä tilanteessa, vaan silloin on toimittava ulkomuistista. Tilanteen etukäteen kuvittelemisen ja sen harjoitteluun konkreettisesti esimerkiksi nukkea elvyttäen jättää muistiin asioita, joita osaa hyödyntää tosipaikan tullen. Samalla lailla oppaamme toimii niin, että sen luettuaan henkilö ymmärtää asioita, joita osaa ottaa huomioon silloin, kun kohtaa surevan omaisen.

9.3 Opinnäytetyöprosessin arviointi

Opinnäytetyötä on arvioitu koko prosessin ajan kirjoittajien, opinnäytetyön ohjaajan ja opiskelijatovereiden toimesta. Tilaaja arvioi projektisuunnitelman sen jälkeen, kun ohjaava opettaja oli projektisuunnitelman hyväksynyt. Opinnäytetyöprosessi eteni suunnitellusti ja projektisuunnitelman mukaisesti. Lähetimme välillä opinnäytetyön arvioitavaksi ohjaavalle opettajalle ja saimme palautetta kehittämiseen. Opasta luetettiin myös projektin ulkopuolisilla henkilöillä. Heiltä saatu palaute oli enimmäkseen positiivista ja rakentavaa.

9.4 Oman oppimisemme arviointi

Opinnäytetyön toteuttaminen projektina oli mielekästä ja innostavaa, sillä kyseinen aihe oli kiinnostava sekä ajankohtainen. Ammattitaidon kehittymistä ja omaa tulevaa ammattia ajatellen opinnäytetyöstä on ollut suuri hyöty. Olemme oppineet opinnäytetyötä tehdessämme paljon omaisten ohjaamisesta kuoleman kohdatessa. Olemme tutustuneet laajasti kirjallisuuteen ja muuhun tietoaaineistoon sekä tehneet kirjallisuuskatsauksen. Olemme käsitelleet aihetta laajasti ja seuraava kappale pitää sisällään omaa pohdintaamme aiheesta ja erilaisista aiheeseen liittyvistä tutkimuksista.

10 POHDINTA

Hanna Mäenpää (2011) pohtii opinnäytetyössään ”Opas vainajan omaisille potilaan kuoltua sairaalassa” sitä, että kuoleman läsnäolo on sairaalassa arkipäivää. Erityisesti menetyksen keskellä ihmisen voimavarat vähenevät, jolloin tarvitaan tiivistettyä ja ytimekästä tietoa. Aihe on ajaton.

Mielestämme se hetki, kun läheinen on kuollut, on omaiselle hyvin herkkä ja mieleenpainuva. Tällöin omainen tarvitsee tukea ja ohjausta, johon oppaamme tähtää välillisesti hoitotyön opiskelijoiden ja myöhemmin hoitotyön ammattilaisten kautta. Aihe on tosiaan ajaton ja on aina hoitotyössä läsnä. Missä tahansa toimenkuvassa hoitaja työskenteleekään, tulee hänen osata kohdata kuolleen potilaan omaisen ja ohjata häntä. Ohjauksen tulee olla lyhyttä ja ytimekästä sekä konkreettista.

Kira Karjalainen ja Kati Mustonen (2013) ovat saaneet tuloksia opinnäytetyössään ”Potilaan äkillinen kuolema hoitotyön haasteena - Sairaanhoidtajien kokemuksia omaisten kohtaamisesta” siitä, että äkillisesti kuolleen potilaan omaisten kohtaaminen on hoitajalle haastavaa työkokemuksen pituudesta riippumatta. Heidän mielestään tärkeintä on olla kohtaamistilanteessa oma itsensä ja antaa paras mahdollinen tuki omaisille. Tietoa aiheeseen liittyen on hankalaa saada oppikirjojen tai koulutuksen kautta ja kohtaamistaitoja oppii vasta työkokemuksen myötä. Meidän käsittelemämme aihe on tärkeä ja siitä pitäisi puhua enemmän koulutuksen aikana sekä työelämässä henkilökunnan kesken. Tähän projektimme tuotos, opas, tähtää. Kehitysehdotuksena Karjalaisen ja Mustosen tutkimuksessa hoitajat ehdottivat ohjekansion tekemistä hoitajien toiminnan tueksi potilaan kuollessa äkillisesti. Meidän oppaamme voisi toimia myöhemmin myös hoitotyön ammattilaisten käytössä. Jatkotutkimusehdotuksena aihetta voisi tutkia omaisten näkökulmasta. Aiheeseen uutta näkökulmaa toisivat omaisten kokemukset läheisen menettämisestä.

Tilanne on omaisen kannalta erilainen riippuen siitä, onko läheinen kuollut äkillisesti vai pitkään jatkuneen vakavan sairauden seurauksena. Hoitajan rooli omaisen tukemi-

sessä ja ohjauksessa korostuu silloin kun kuolema on ollut yllättävä. On myös ohjattava omainen mahdollisesti saamaan kriisiin ja suruun ammattilaisen apua muulta taholta.

Merja Krueger pohtii opinnäytetyössään (2012) ”Omaisten saama tuki ja selviytymiskeinot läheisen kuoltua” sitä, että omaisista on tärkeää, että kunnan ja seurakunnan palveluista tiedotetaan ja niitä pidetään esillä, jotta omaiset voivat halutessaan niitä käyttää. Tiedottamisen tulisi olla sellaista, että omaisen ei tarvitsisi tuntea pakonomaista tarvetta ottaa velvollisuudentunteessa palveluja vastaan. Palvelujen tarjoajilta edellytetään hienotunteisuutta surevan kohtaamisessa ja kunnioittavaa asennetta heidän valitsemalleen tavalle surra menetystään.

Kruegerin tutkimuksessa on kerätty tietoa sosiaali- ja terveysalan sekä seurakunnan tarjoamista palveluista henkilöille, jotka ovat menettäneet läheisensä. Tutkimuspaikkakunnalla Krueger sai työntekijöiltä tietoa paikallisista palveluista pääasiassa seurakunnalta. Seurakunnan työntekijät kokivat surevan kohtaamisen osaksi työtään ja kertoivat mielellään asiasta kysyttäessä. Seurakunta tiedottaa myös palveluistaan sureville, joten ne tunnetaan paikkakunnalla suhteellisen hyvin. Kruegerin yhteydenotot kuntaan osoittautuivat vaikeammiksi. Vastauspyyntöihin ei joko vastattu lainkaan tai sitten vastaus oli oletetunlainen. Perusturva painottaa avun annossa eniten taloudellista tukea, eikä sitä lähdetä erityisesti mainostamaan. Haastatteluun osallistujien vastauksista voidaan kuitenkin päätellä, että niin sosiaalipalveluilla kuin terveyspalveluillakin on oma merkityksensä surevan jaksamisessa ja toipumisessa. Sekä kunnassa sekä seurakunnassa vallitsee käytäntö, että palveluja ei tyrkytetä, mutta apua ja tukea on jossakin muodossa saatavilla, jos ymmärtää sitä hakea.

Kuoleman jälkeen tukea voi saada ammattilaisilta, puolisoilta, vanhemmilta, lapsilta, sisaruksilta, sukulaisilta, ystäviltä, saman kokeneilta, työkavereilta sekä tuttavilta tai tuntemattomilta. (Savolainen, Kaunonen & Aho 2013, 228)

Omaisen saama avun tarve hoitajalta riippuu siitä, onko hänellä kuinka suuri tukiverkosto. Hoitajan tulee selvittää hienotunteisesti vainajan omaisen tuen tarve.

Julkisen sektorin tuen tarjoajiin kuuluvat terveydenhuollon henkilöstö, sosiaalityöntekijät, mielenterveysalan asiantuntijat, kuten psykiatrinen hoitotyö, terapiat sekä perheneuvolat, kriisityöryhmät ja kriisikeskukset. Seurakunnat tarjoavat apua seurakunnan työntekijöiltä, sururyhmistä sekä sielunhoidollisia keskusteluja sairaala- tai seurakuntatapain kanssa. (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2019)

Hoitaja toimii siis avainasemassa omaisen ohjauksessa kuoleman kohdatessa, koska tietoa, mitä omainen tarvitsee tuolla hetkellä, ei varsinaisesti tyrkytetä, kuten Kruegerin tutkimuksessa käy ilmi. Hyvä tapa on kuitenkin ohjeistaa omainen ottamaan yhteyttä hautaustoimistoon. Kilpailu on kuitenkin kovaa eri hautaustoimistojen välillä ja omainen voi olla kuitenkin hämmentynyt siitä, että mihin hautaustoimistoon ottaa yhteyttä. Tämän takia on tärkeää, että hoitaja osaa myös ohjeistaa omaista konkreettisella tiedolla.

Minttu Ranne ja Raakel Ruohola (2015) toteavat opinnäytetyössään ”Läheisten tukeminen omaisen kuoleman jälkeen” yhteenvetona, että läheisen saama tuki omaisen kuoleman jälkeen on erittäin tärkeää läheisen surun käsittelyn kannalta. Hoitohenkilökunnalla on tärkeä rooli välittömästi kuoleman jälkeisenä aikana, kun taas vertaistukiryhmät, ystävän ja perheen tuki sekä terapia helpottavat surua pidemmällä aikavälillä. Miehet ja naiset surevat eri tavoin, mikä tulee ottaa huomioon tukemistapaa pohdittaessa. Myös se, miten ja minkä ikäisenä omainen on kuollut sekä surevan läheisen ikä vaikuttaa siihen, minkälaista tukea läheisille tulee tarjota.

Hoitajalta vaaditaan siis suurta tieto-taitoa omaisen tukemiseen kuoleman kohdatessa. Tämä tieto-taito kehittyy työkokemuksen myötä ja sen myötä, mitä enemmän kuolemantapauksia hoitajalle tulee uransa aikana vastaan. Olisi tärkeää, että kokeneet hoitotyön ammattilaiset siirtäisivät osaamistaan tuoreille hoitajille.

Hoitotyöntekijän tulee osata kommunikoida tehokkaasti ja myötätuntoisesti omaisen perheen kanssa kuolemaan liittyvistä asioista. Hänen tulee avustaa perhettä heidän kärsimyksessään, surussaan ja omaisen menetykseen liittyvissä asioissa sekä arvioida ja hoitaa useita eri ulottuvuuksia, kuten fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja henkistä avun tarvetta sekä kunnioittaa potilaan toiveita kuolemaan liittyen. (Williams, Lewis, Burgo & Goode 2012, 541.)

Sureminen ja vertaistuen etsiminen lisääntyy nykyteknologian myötä sosiaalisista verkkoyhteisöistä ja internetin keskustelupalstoilta. Ihmisten on helppo löytää vertaistukea verkosta ja juuri tuen saannin helppous on merkittävässä osassa sen löytämisessä. Tukea voidaan antaa myös puhelimessa tai ryhmäkeskusteluissa internetissä, jolloin tukijoiden kanssa konkreettisesti samassa tilassa oleminen ei ole enää välttämätöntä. Informaation reaaliaikaisuus ja kaikille vapaa pääsy ovat osatekijöitä, jotka tekevät Internetistä hyvin käytännöllisen tukimuodon. (Ranne & Ruohola 2015, 43-44)

Hoitajan tulee ohjeistaa omaista myös siitä, että internetin keskustelupalstoilla anonyymiteetti eli nimettömyys keskusteluissa mahdollistaa sen, että siellä jaetaan myös väärää tietoa. Siellä voidaan vääristellä kokemuksia ja liioitella niitä. Myös keskustelun aloitukseen voi tulla ikäviä kommentteja, joista omaisen voi pahoittaa mielensä. Varsinkin nimettömänä ihmiset ovat julmia toisilleen kokemuksemme mukaan. Internet on kuitenkin parhaimmillaan todella hyvä väline omaiselle tiedon hankintaan ja surun käsittelyyn.

Ranteen ja Ruoholan (2015) opinnäytetyön tulosten perusteella hoitajia tulee kouluttaa entistä paremmin kohtaamaan läheiset ja tarjoamaan heille tukea omaisen kuoleman jälkeen. Läheisten tukeminen tulee alkaa jo ennen omaisen kuolemaa ja sitä tulee jatkaa niin kauan kuin mahdollista. Ihannetilanteessa hoitaja olisi läheisten käytettävissä myös suruprosessin aikana. Vaikka läheisten toivomuksia tulee kuulla mahdollisimman paljon, on ristiriitaisissa tilanteissa kuitenkin toimittava eettisesti oikein ja toteutettava kuolevan potilaan tahto. Nykyiset resurssit eivät valitettavasti mahdollista riittävää tukemista. Näin ollen olisikin tärkeää, että resursseja saataisiin lisää ja niitä voitaisiin siten kohdistaa aiempaa enemmän juuri läheisten tukemiseen.

Tämä hoitajien kouluttaminen omaisten ohjaamiseen kuoleman kohdatessa tulee aloittaa jo opintovaiheessa. Tämä oppiminen jatkuu koko työuran ajan. Yhteenvetona projektintuotoksen suhteen voisi todeta, että kuolemaan liittyy paljon toimintaa ja velvoitteita, joita tulee hoitaa suhteellisen pian kuoleman jälkeen. Siksi onkin tärkeää, että hoitajilla olisi tietoa kuoleman jälkeisistä tehtävistä, jotta he osaavat ohjata ja tukea omaisia monelta eri kantilta. Kuoleman jälkeiset konkreettiset toimet toisaalta auttavat

läheisiä luopumaan omaisestaan käytännön toimien avulla. Aiheeseen perehdyttämme havaitsimme, että kuolemaan liittyy paljon toimia, jotka aiheuttavat suuria kustannuksia läheisille. Hoitaja kulkee rinnalla erityisesti kuolinhetkellä tai hetimiten sen jälkeen. Aihe on siis tärkeä ja hoitajan rooli ohjaajana sekä olkapäänä on monelle korvaamaton ja jää kohtaamisena ihmisen mieleen niin hyvässä kuin pahassa. Aihe on herkkä, arka ja jokainen kohtaaminen ainutkertainen. Mielestämme opas auttaa hoitotyönopiskelijoita kohtaamaan kuolemaa ja ymmärtämään, kuinka paljon erilaisia toimia kuolemaan liittyy, vaikkei niistä olisi aiempaa omakohtaista kokemusta.

LÄHTEET

Aluehallintoviraston www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://www.avi.fi/>

Elinluovutuskortin www-sivut. 2019. Viitattu 3.4.2019. <https://www.elinluovutus-kortti.fi/>

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin toimintaohje potilaan kuoleman jälkeen. 2011. Viitattu 4.4.2019. www.epshp.fi/files/3790/Toimintaohje_potilaan_kuoleman_jalkeen.doc

Grönlund, E. & Huhtinen, A. 2011. Kuolevan hyvä hoito. Helsinki: Edita Prima.

Hautaustoimilaki 6.6.2003/457 muutoksineen.

Hautaustoimistojen liiton www - sivut. 2019. Viitattu 4.4.2019. <https://www.hautajaiset.fi/>

Helsingin Sanomien www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://www.hs.fi/>

Heltelä, M. 2018. Vaikka minä vaeltaisin pimeässä laaksossa – surukodin kirja. Helsinki: Minerva kustannus Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uud. p. Helsinki: Tammi.

Hokkanen, E. 2017. Surun kanssa sinuiksi. Suomi: Amk-kustannus Oy.

Hänninen, J. 2012. Eutanasia - hyvä kuolema. Porvoo: Bookwell Oy.

Jaakonsaari, M. 2009. Potilasohjauksen opetus hoitotyön koulutusohjelmassa – hoitotyön opettajien käsityksiä. Turku: Turun yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu – tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201101171071>

Karjalainen, K. & Mustonen, K. 2013. Potilaan äkillinen kuolema hoitotyön haasteena - Sairaanhoitajien kokemuksia omaisten kohtaamisesta. AMK-opinnäytetyö. Tampereen ammattikorkeakoulu. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/57810/Mustonen_Kati_Karjalainen_Kira.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2010. Tutkimus hoitotieteessä. 1-2. uud. p. Helsinki: WSOYpro.

Kelan www- sivut. 2019. Viitattu 4.4.2019. <https://www.kela.fi/>

Ko, E., Kwak, J. & Nelson-Becker, H. 2015. What Constitutes a Good and Bad Death? Perspectives of Homeless Older Adults Death Studies. E-artikkeli. Viitattu 10.4.2019. MEDLINE/PubMed (U.S. National Library of Medicine).

Krematoriosäätiön www-sivut. 2019. Viitattu 11.4.2019. <http://www.krematorio.fi/>

Krueger, M. 2012. Omaisten saama tuki ja selviytymiskeinot läheisen kuoltua. AMK-opinnäytetyö. Diakonia- ammattikorkeakoulu, Pori. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/41466/Omais-ten%20saama%20tuki%20ja%20selviytymiskeinot%20laheisen%20kuoltua.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Kymäläinen, H-R., Lakkala, M., Carver, E. & Kamppari, K. 2016. Opas projektityökentelyyn. Helsingin yliopiston yhteiset oppimateriaalit. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/160099/Opas_projektity%C3%B6skentelyyn_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kyngäs, H., Kääriäinen, M., Poskiparta, M., Johansson, K., Hirvonen, K. & Renfors, T. 2007. Ohjaaminen hoitotyössä. Helsinki: Wsoy.

Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://kapy.fi/materiaalipankki/kohtaaminen/>

Laakso, S. 2014. On surun aika – tueksi läheisen kuoleman kohdatessa. Viro: Katharos Oy.

Lahtinen, E. 2018. Opinnäytetyö projektina. Luento Satakunnan ammattikorkeakoulun hoitotyön toimialan tutkimus- ja kehittämismenetelmät koulutuksessa 23.4.2018.

Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 277/2013 muutoksineen.

Laki kuolemansyyntä selvittämisestä 1.6.1973/459 muutoksineen.

Lakineuvon www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://lakineuvo.fi/>

Laki toimeentulotuesta 30.12.1997/1412.

Lääkäriliiton www-sivut. 2019. Viitattu 4.4.2019. <https://www.laakariliitto.fi/>

Manninen, M. 2015. Traumaattinen kriisi– ohjeita äkillisen järkyttävän kokemuksen kohdanneille: Opas Helsingin kriisipäivystyksen asiakkaille. AMK-opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. https://theseus.fi/bitstream/handle/10024/99806/manninen_minttu.pdf?sequence=1

Minilex- www-sivut. 2019. Viitattu 3.4.2019. <https://www.minilex.fi/>

Mäenpää, H. 2011. Opas vainajan omaisille potilaan kuoltua sairaalassa. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/35564/Kirjastoon%20toimittettavaksi%20Hannan.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Mäkelä, M., Kaila, M., Lampe, K. & Teikari, M. 2007. Menetelmien arviointi terveydenhuollossa. Duodecim: Helsinki.

Nissinen, L. 2012. Rajansa kaikella. Miten estää myötätuntouupuminen? Helsinki: Edita.

Perukirja netissä www-sivut. 2019. Viitattu 4.4.2019. <https://perukirjanetissa.fi/>

Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016. Viitattu 4.4.2019. https://www.pppshp.fi/dokumentit/_layouts/15/WopiFrame.aspx?sourcedoc=%7B587D2490-7A32-47BC-BBEC-B80EB927B6BE%7D&file=Kuoleman%20j%C3%A4lkeiset%20toimenpiteet.docx&action=default&DefaultItemOpen=1

Pälve, H. 2016 Millainen on hyvä kuolema? Potilaanlääkärilehti 41/2016. Viitattu 31.5.2017. <http://www.potilaanlaakarilehti.fi/laakarit-ottavat-kantaa/hyva-kuolema/>

Ranne, M. & Ruohola, R. 2015. Läheisten tukeminen omaisen kuoleman jälkeen. AMK-opinnäytetyö. Turun ammattikorkeakoulu. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/91656/ranne_minttu_ruohola_raakel.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Repo, H. 2017. Lohtu - kirja surevalle. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.

Ruishalme, O. & Saaristo, L. 2007. Elämä satuttaa – kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Tammi.

Sallinen, K. 2014. Varattoman viimeinen matka. AMK-opinnäytetyö. Turun ammattikorkeakoulu. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/85819/Sallinen_Katri.pdf?sequence=1

Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut. 2019. Viitattu 8.4.2019.

<https://www.samk.fi/>

Satakunnan Kansan www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://www.satakunnan-kansa.fi/>

Savolainen, S., Kaunonen, M. & Aho, A-L. 2013. Vanhempien selviytymisessä auttavat tekijät lapsen kuoleman jälkeen. Helsinki : Sairaanhoidajien koulutussäätiö 2013. Hoitotiede 25 (2013) : 3, s. 222-235. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1607364>

Shirley, D. 2011. Project management for healthcare. Boca Raton, Florida: CRC Press Taylor & Francis Group.

Soisalo, R. 2018. Auttajan ammattitauti on myötätuntouupumus. Suomen psykologinen instituutti 5.10.2018. Viitattu 3.4.2019. <https://psyk.fi/auttajan-ammattitauti-on-myotatuntouupumus/>

Sosiaali- ja terveysministeriön asetus kuoleman toteamisesta 27/2004 muutoksineen

Suomen mielenterveysseuran www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://www.mielenterveysseura.fi/>

Surevan kohtaaminen-hankkeen www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019.

<https://www.surevankohtaaminen.fi/miten-toimia-suunnattoman-surun-edessa/>

Verohallinnon www-sivut. 2019. Viitattu 4.4.2019. <https://www.vero.fi/>

Williams, B., Lewis, D., Burgio, K. & Goode, P. 2012. Wrapped in Their Arms- Next-of-Kin's Perceptions of How Hospital Nursing Staff Support Family Presence Before, During, and After the Death of a Loved One. Journal of Hospice & Palliative Nursing. Vol. 14. No. 8.

LIITE 1: KIRJALLISUUSKATSAUKSEN HAKUTULOKSET

| tietokanta | hakusanat ja hakutyypit | tulokset | hyväksytyt |
|------------|-------------------------------------|----------|------------|
| Samk Finna | omaisten AND ohjaaminen AND kuolema | 8 | 1 |
| Theseus | omaisten AND ohjaaminen AND kuolema | 551 | 4 |
| Medic | omainen AND ohjaaminen AND kuolema | 0 | 0 |

LIITE 2: KIRJALLISUUSKATSAUS

| Tekijä, vuosi, maa | Tutkimuksen / Kohderyhmä, n- projektin tarkoitus | Kohde-aineiston ke-ruu- ja analyysi menetelmät | Keskeiset tutkimustulokset/ projektin tulokset/ tuotokset |
|---|---|--|--|
| Mäenpää Hanna, 2011, Opas vainajan omaisille potilaan kuoltua sairaalassa, Suomi | Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa opas vainajan omaisille. Oppaan tavoitteena onsisätautiosaston ja yhden tukea omaisia, joiden läheinen on kuollut sairaalassa. Opas vainajan omaisille suunniteltiin tuotettavaksi Satakunnan keskussairaalan hoitohenkilöraalle. Tarkoituksena oli tuottaa omaisille opas, joka on selkeä, yksinkertainen ja informatiivinen | Opinnäytetyö toteutettiin projektina yhteistyössä Satakunnan keskussairaalan patologisten osaston, yhden kirurgian osaston kanssa. Myös sairaanhoitajaopiskelijat Suvi Paavilaisen kanssa toimittiin yhteistyössä, koska hän teki oppaan samasta aiheesta sairaalan hoitohenkilökunnalle. Projektin alkuperäisessä asetettiin tavoitteet ja tehtiin projektisuunnitelma. Projektin aikana oltiin yhteydessä sähköpostin kautta sekä puhelimitse että tapaamisissa. | Projektin tuotoksena syntynyt opas otettiin käyttöön Satakunnan keskussairaalan osastoilla on mahdollisuus tehdä oppaaseen muutoksia ja päivittää sitä tarpeen mukaan. Oppaan sisältämät tiedot on koottu osastojen tarpeiden mukaisiksi. |
| Karjalainen Kira & Mustonen Kati, 2013, Potilaan äkillinen kuolema hoitotyön haasteena Sairaanhoitajien kokemuksia omaisten kohtaamisesta, Suomi | Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää sairaanhoitajien kokemuksia äkillisesti kuolleen potilaan omaisten kohtaamisesta. Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää hoitotyötä, kun potilas kuolee äkillisesti sekä lisätä tietoa aiheesta sairaan- | Aineiston keräsimme teemahaastattelun avulla, johon osallistui viisi (n=5) sairaanhoitajaa. Haastatteluista saatu aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Kohderyhmänä sairaanhoitajat ja sairaanhoitajaopiskelijat. | Tuloksista muodostui kolme pääluokkaa, jotka olivat sairaanhoitajien kokemuksia omaisten kohtaamisesta, sairaanhoitajien keinot ja valmiudet omaisten auttamiseksi sekä hoitotyön kehittäminen. Sairaanhoitajat kokivat läheisensä menettäneiden omaisten kohtaamisen haastavana tilanteena. Työkokemuksen myötä hoitajat kertoivat kohtaamisen kuitenkin helpottuneen. Pääsääntöisesti omaisten kohtaamiset sujuivat hoitajien mielestä hyvin. Hoitajien auttamiskeinot voitiin jakaa fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen osa-alueeseen. |

| | | | |
|---|--|---|--|
| | <p>hoitajien ja sairaanhoitaja-opiskelijoiden keskuudessa.</p> | | <p>Valmiuksia omaisten kohtaamiseen olivat muun muassa työkokemus ja sen myötä lisääntynyt hoidollinen kokemus. Hoitajat kokivat, että koulusta ei saatu riittävää valmiutta läheisensä menettäneiden omaisten kohtaamiseen. Haastattelemamme sairaanhoitajilla oli useita kehittämiskohteita ja -ehdotuksia äkillisesti kuolleen potilaan omaisten kohtaamisen kehittämiseksi hoitotyön osalta.</p> |
| <p>Krueger Merja, 2012, Omaisten saama tuki ja selviytymiskeinot läheisen kuoltua, Suomi</p> | <p>Empiirisen aineiston avulla haettiin vastausta tutkimuskysymykseen siitä, mistä läheisensä menettäneet saivat tukea ja apua silloin, kun heitä kohtasi ehkä elämänsä vaikein tilanne. Tutkimus toinakin kunnan ja seurakunnan palvelutarjonnan ja käytännöistä heille asetettujen tavoitteena oli selvittää, mistä omaiset saivat apua, minkä laista tuki oli ja kokivatko hen- sen tarpeel- liseksi.</p> | <p>Aineiston keruunäytelminä käytettiin kirjallisuutta, lehtiartikkeleita, opinnäyte- töitä, www-sivustoja, paikallisen kunnan seurakunnan työntekijöiden asiantunte- musta sekä vuosina 2000 - 2010 kuolleiden henkilöiden omaisten kokemuksia. Kunnan ja seurakun- toinakin työntekijät kertoi- samalla esille- vat vapaamuotoisesti palvelutarjonnastaan ja käytännöistä heille asetettujen kysymysten. Omaisten kokemuksia koottiin haastattelulla kyselylomakkeen avulla, joka suoritettiin henkilö- laista tuki oli ja kokivatko hen- sen tarpeel- liseksi.</p> | <p>Päätulokset osoittivat, että läheisten tuki oli merkittävintä pienellä paikkakunnalla, jossa sukulaisia oli runsaasti ja ihmiset tunsivat naapurustonsa. Vaikeuksia ei myöskään ollut tarpeellisen avun hakemisessa eri palveluntuottajilta niiden näkemyyden vuoksi. Johtopäätöksenä voi pitää sitä, että tukitoimenpiteitä läheisensä menettäneille oli myös pienellä paikkakunnalla saatavissa, jos asianomainen vain hakeutua niiden piiriin tai ottaa niitä vastaan. Luonnollisesti pienen paikkakunnan palvelutarjonta oli kapea-alaista, mutta tarvittaessa apua sai pyytää myös naapurikunnista ja seurakunnista.</p> |
| <p>Ranne Minttu, Ruohola Raakel, 2015, Läheisten tukeminen omaisen kuoleman jälkeen, Suomi</p> | <p>Tämä opinnäytetyö kartoittaa läheisten tukemista omaisen kuoleman jäl-</p> | <p>Opinnäytetyössä sovellettiin systemaattista kirjallisuuskat- sausta. Tutkimusai- neistoa haettiin kuu- desta eri tietokannasta</p> | <p>Läheisten tuen tarve on hyvin vahvasti riippuvainen kuolleen omaisen suhteesta läheisiin. Tu- kea voi antaa käytännössä kuka tahansa, erityisesti perheen ja ystävien tuki on tärkeää. Tukea</p> |

| | | |
|---|--|--|
| keen. Opinnäy- ja kirjallisuushakuantavat myös terveydenhuollon tetyön tarkoi- tuotti 26 (=n) julkai- henkilöstö, sosiaalityöntekijät, tuksena on sel- sua. Opinnäytetyö- tukijärjestöt, mielenterveys- vittää, mitkä on osa Lounais-Suo- alan asiantuntijat; terapiat sekä ovat hyvän tu- men syöpäyhdistyk- perheneuvolat, kriisityöryhmät kemisen kritee- sen hanketta, joka on ja kriisikeskukset sekä seura- rit, kuka tuke- toiminut yhteistyössä- kunnan työntekijät. Vertaistuki voi antaa ja mil- Turun ammattikorkea- koetaan hyväksi tavaksi kertoa laisia tukimuo- koulun Terveysala- tu- tunteista, sillä se tarjoaa mah- toja läheisille- losaluen kanssa vuo- dollisuuden keskustella saman on tarjolla. Ta- desta 2010 asti. menetyksen kokeneiden henki- voitteena oli- loiden kanssa. Nykyisin virtu- kehittää hoito- aalinen maailma kuten sosiaali- työn käytäntöjä- set verkkoyhteisöt tarjoavat uu- läheisten tuke- miseen liittyen, kuten keskuste- lutilanteita sai- raanhoitajan ja tuettavan vä- lillä. | | |
|---|--|--|

Anne-Mari Koivula ja Kirsi Louhisuo

OMAISTEN OHJAAMINEN KUOLEMAN KOHDATESSA
– OPAS OPETUSKÄYTTÖÖN HOITOTYÖN OPISKELIJOILLE



Hoitotyön koulutusohjelma
2019

SISÄLLYS

| | |
|---|----|
| 1 JOHDANTO | 4 |
| 2 TAPAHTUMAT KUOLEMAN JÄLKEEN..... | 4 |
| 2.1 Kuoleman toteaminen..... | 4 |
| 2.2 Omaisille ilmoittaminen | 6 |
| 2.3 Vainajan laittaminen..... | 6 |
| 2.4 Hautauslupa | 7 |
| 2.5 Lääketieteellinen kuolemansyyn selvitys | 8 |
| 2.6 Oikeuslääketieteellinen kuolemansyyn selvitys | 8 |
| 3 ELINLUOVUTUSTESTAMENTTI..... | 8 |
| 3.1 Laki elinsiirroista..... | 8 |
| 3.2 Elinsiirtojen tärkeys..... | 10 |
| 3.3 Elinsiirron puheeksi ottaminen omaisen kanssa..... | 10 |
| 4 KUOLEMAAN LIITTYVÄ LAINSÄÄDÄNTÖ..... | 11 |
| 4.1 Kuolemasta ilmoittaminen ja kuolleen hautaaminen | 11 |
| 4.2 Lääketieteellinen kuolemansyyn selvittäminen..... | 11 |
| 4.3 Oikeuslääketieteellisen kuolemansyyn selvittäminen | 12 |
| 4.4 Hautaustoimilaki | 13 |
| 5 OMAISEN SURU JA KRIISI..... | 14 |
| 5.1 Mitä suru ja kriisi on?..... | 14 |
| 5.2 Traumaattisen kriisin vaiheet | 15 |
| 5.2.1 Shokkivaihe..... | 15 |
| 5.2.2 Reaktiovaihe | 16 |
| 5.2.3 Käsittelyvaihe | 17 |
| 5.2.4 Uudelleen suuntautumisen vaihe | 17 |
| 5.3 Kriisi ja hoitaja | 18 |
| 6 HOITAJA KOHTAA SUREVAN OMAISEN..... | 19 |
| 6.1 Kohtaaminen | 19 |
| 6.2 Kohtaamisen taito..... | 20 |
| 6.3 Surun kunnioittaminen | 20 |
| 6.4 Avun ja tuen tarjoaminen | 21 |
| 6.5 Osanotto..... | 22 |
| 6.6 Myötätuntouupumus..... | 22 |
| 7 HAUTAJAISJÄRJESTELYT | 23 |
| 7.1 Vainajan ja omaisten toiveiden kunnioittaminen | 23 |
| 7.2 Apua hautajaisjärjestelyihin | 23 |
| 7.3 Omaisen kuolemaan liittyviä yleisiä hoidettavia asioita | 24 |

| | |
|--|----|
| 8 HAUTAJAISKUSTANNUKSET..... | 25 |
| 8.1 Yleistä kustannuksista | 25 |
| 8.2 Hautaaminen..... | 26 |
| 8.3 Arkku..... | 26 |
| 8.4 Vainajan laitto | 27 |
| 8.5 Uurna | 28 |
| 8.6 Kuolinilmoitus lehteen | 28 |
| 8.7 Kukkaset..... | 29 |
| 8.8 Kuljetukset..... | 30 |
| 8.9 Hautamuistomerkki | 31 |
| 8.10 Muistotilaisuus | 31 |
| 9 VARATTOMAN HAUTAJAISET | 32 |
| 10 PERUNKIRJOITUS | 33 |
| 10.1 Perunkirjoituksen tarkoitus..... | 33 |
| 10.2 Perunkirjoituksen järjestäminen | 34 |
| 10.3 Perukirjan laatiminen | 35 |
| LÄHTEET..... | 37 |

1 JOHDANTO

Tämän oppaan aihe, omaisten ohjaaminen kuoleman kohdatessa, on tärkeä, koska kuolema on osa elämää ja koko ajan hoitotyössä läsnä. Opas on suunnattu hoitotyön opiskelijoille oppimismateriaaliksi. Hoitajan tulee olla tietoinen, miten omaisia ohjataan kuoleman hetkellä, koska tilanne voi olla hoitohenkilökunnalle arkipäiväinen, mutta potilaan omaisille hyvin ainutlaatuinen ja herkkä. Hoitajan tulee olla hyvin aidosti läsnä tilanteessa, jossa kohtaa kuolleen potilaan omaiset. Omaiset ovat hyvin herkässä tilassa, jolloin kaikki hoitajan sanat jäävät hyvin mieleenpainuvasti heidän muistiinsa. Aihe on mielestämme tärkeä, koska hoitajat tarvitsevat valmennusta näihin tilanteisiin omaisten kanssa. Kuolema koskettaa jokaista ja sen läsnäolo kuuluu hoitotyön sekä elämään. Missä tahansa hoitaja työskenteleekään, joutuu hän kohtaamaan kuolemaa tai ainakin siihen liittyvää surua. Hoitotyön opintoihin ei kuulu tarpeeksi opetusta aiheesta.

Omaisille annettava konkreettinen tieto auttaa heitä toimimaan surutyön keskellä. Hoitajan tuki on siksi ensiarvoisen tärkeää. Opas pitää sisällään konkreettista tietoa siitä, mitä kaikkea kuoleman jälkeen pitää hoitaa ja huolehtia. Hoitotyön kannalta oppaassa käsitellään kriisin pääpiirteitä ja omaisten kohtaamista surun keskellä.

2 TAPAHTUMAT KUOLEMAN JÄLKEEN

2.1 Kuoleman toteaminen

”Ihminen on kuollut, kun kaikki hänen aivotoimintansa ovat pysyvästi loppuneet”
(Sosiaali- ja terveysministeriön asetus kuoleman toteamisesta 27/2004, 2 §.)

Sydämen sykkeen lakattua ihminen voidaan todeta kuolleeksi, kun toissijaiset kuoleman merkit ovat ilmaantuneet, elimistö on silpoutunut tai murskaantunut elinkelvottomaksi tai hengitys ja verenkierto ovat pysähtyneet eikä verenkierto toimenpiteistä

huolimatta käynnisty tai käynnistämistoimenpiteisiin ei ryhdytä, koska ihmisen sairauden perusteella, ei tämänkaltaisilla toimenpiteillä ole hyötyä tai elvytystä ei ole voitu aloittaa riittävän ajoissa hengityksen ja verenkierron käynnistämiseksi. (Sosiaali- ja terveysministeriön asetus kuoleman toteamisesta 27/2004, 3 §.)

Kuolema voidaan todeta sydämen vielä sykkiessä, jos aivoperäiset vasteet puuttuvat, hengityskeskusten toiminta on loppunut ja aivotointojen loppumisen syy tai patologinen mekanismi on selvitetty. Näiden vasteiden puuttuminen on tutkittava huolellisesti. Tutkitaan kipureaktiot, lihasjänteisyys sekä aivohermojen ja hengitystä säätelevien aivorakenteiden toiminta. Tarvittaessa perustutkimuksien lisäksi tehdään lisätutkimuksia. (Sosiaali- ja terveysministeriön asetus kuoleman toteamisesta 27/2004, 4 §.)

Sikiön osalta kuolema on todettava lääkärin toimesta, jos raskaus on kestänyt vähintään 22 viikkoa, tai sikiö on 500 grammaa tai sitä painavampi. Kohdunsisäinen kuolema todetaan ultraäänitutkimuksella tai vastaavalla lääketieteellisellä tutkimuksella. (Sosiaali- ja terveysministeriön asetus kuoleman toteamisesta 27/2004, 5 §.)

Kuoleman voi todeta laillistettu tai luvan saanut lääkäri taikka terveydenhuollon ammattihenkilö. Aivokuoleman toteaminen edellyttää lääkäriltä riittävää koulutusta. Aivoperäisiä vasteita tutkivalla laillistetulla lääkärillä tulee olla riittävä koulutus neurologisten tutkimusten tekemiseen sekä hengitystä säätelevien aivorakenteiden toimintaa tutkivalla lääkärillä tulee olla anestesiologian alan koulutus. (Sosiaali- ja terveysministeriön asetus kuoleman toteamisesta 27/2004, 6 §.)

Kuoleman toteamisesta ja ajankohdasta tulee olla asianmukaiset merkinnät potilasasiakirjoissa. Potilasasiakirjoissa tulee käydä ilmi ne kuoleman toteamiseksi tehtävät tutkimukset, jotka on tehty, sekä ajankohta, tieto tutkimusten tekijästä tai tekijöistä. Lääkärin tulee vahvistaa merkinnät omalla allekirjoituksellaan. (Sosiaali- ja terveysministeriön asetus kuoleman toteamisesta 27/2004, 7 §.)

2.2 Omaisille ilmoittaminen

Kuolemasta ilmoitetaan omaisille tai läheisille tai muulle sovitulle yhteyshenkilölle. Jos kuolema on odotettavissa, sovitaan omaisten kanssa etukäteen, ilmoitetaanko heille potilaan kuolemasta esimerkiksi yöllä vai aamulla. Omaisten toiveet kirjataan hoitosuunnitelmaan. Kuolemasta ilmoittamiseen valitaan rauhallinen tila. Ilmoittaja ilmaisee osan ottonsa suruun ja kertoo asiat niin kuin ne ovat. On tärkeää, että ilmoittaja on rauhallinen, asiallinen ja empaattinen. Ilmoittajan pitää arvioida tarvitseeko omaiset kriisiapua tai tukihenkilöä. Tarvittaessa tulee järjestää läheisille tukea surusta selviytymiseen. Mikäli kuolleella on edunvalvoja, tulee hänelle ilmoittaa kuolemasta ensimmäisenä kuoleman jälkeisenä arkipäivänä. Jos omaisia ei ole ilmoitetaan kuolemasta poliisille. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

Jos potilas menehtyy leikkauksessa tai heräämössä ilmoittaa anestesialääkäri kuolemasta omaisille. Mikäli kuolema tapahtuu toimenpideyksikössä ilmoittaa tapahtuneesta hoitava lääkäri. Jos kuolema tapahtuu edellä mainituissa paikoissa, siirretään potilas yksikköön, missä hän on ollut viimeksi hoidettuna ja potilastietojärjestelmässä sijoitettuna. Kun kuolemasta ilmoitetaan puhelimitse, on tärkeää, että selvästi kerrotaan, että omainen on kuollut. Näin ehkäistään väärinkäsityksiä. Potilasta edeltävästi hoitanut henkilö kertoo omaisille potilaan viimeisistä hetkistä. Omaisille tarjotaan mahdollisuutta hyvästellä omainen osastolla. Omaisille ja läheisille kerrotaan kuolemaan liittyvistä toimenpiteistä. Hoitosuunnitelmaan tulee kirjata omaisten kanssa sovitut asiat ja keskustelut sekä sopimus vainajan tavaroiden hakemisesta sekä mahdollisesta ruumiinavauksesta. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

2.3 Vainajan laittaminen

Vainajaa käsitellään kunnioittavasti ja arvokkaasti. Omaisille tarjotaan mahdollisuutta olla läsnä ja he voivat halutessaan osallistua laittamiseen. Vainaja laitetaan joko potilas huoneessa tai muussa siihen soveltuvassa rauhallisessa tilassa. Laittamiseen tar-

vittavat välineet ovat käyttövalmiina hoitoyksikössä sovitussa paikassa. Hoitohenkilökunta ja omaiset suojautuvat eriteroiskeilta käyttämällä tehdaspuhtaita suojakäsineitä kertakäyttöistä muoviesiliinaa. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

Vainaja siistitään. Kanylit, dreelit, kanyylit ja intubaatioputki sekä nenämahaletku jätetään paikoilleen. Hoitovälineisiin yhdistetyt infuusio-, tyhjennys- tai keräyspussit irrotetaan. Avannepussit tyhjennetään, mutta jätetään paikoilleen. Korut poistetaan ja laitetaan pussiin. Lävistyskorujen suhteen toimitaan omaisten toiveiden mukaan. Jos vainajalla on ollut käytössään kuulokoje, kehoitetaan omaisia palauttamaan se sinne mistä se on saatu. Sydämentahdistin poistetaan ja se toimitetaan hävitettäväksi. Vuoteeseen vaihdetaan puhtaat vuodevaatteet ja vainajan alle asetetaan muovipäälysteinen suoja mahdollisten eritteiden vuoksi. Jos suolesta valuu eritettä, puetaan vainajalle vaippa. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

Vainaja asetetaan selkäasentoon, kädet vartalon sivuille. Leuka kohotetaan normaali-asentoon niin, että suu menee kiinni. Leuka sidotaan leuan alta pääläelle siteellä. Tarkistetaan, että silmäluomet pysyvät kiinni. Luomien päälle voidaan asettaa kostutetut sidetaitokset. Potilasranneke jätetään paikoilleen ja nilkkaan kiinnitetään henkilötiedoilla varustettu ranneke. Vainajalle puetaan kertakäyttöinen vainajan paita. Vainajan päälle levitetään valkoinen lakana, ristillä tai ilman. Lakanan päälle voi asettaa kukan ja vuoteen vierelle sähkökynttilän. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

2.4 Hautauslupa

Kun kuolema on selvitetty ja tarpeelliset tutkimukset ovat tehty luovutetaan vainaja omaisille hautaamista varten. Omaiset voivat kuitenkin aloittaa hautajaisjärjestelyt jo heti kuoleman jälkeen. Kun kuolemansyy on selvä voivat omaiset sopia vainajasiirrostä hautaustoimiston kanssa. Kuolemansyyntä ollessa selvä sanelee hoitava lääkäri viipymättä kuolintodistuksen, joka sisältää myös hautausluvan. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

2.5 Lääketieteellinen kuolemansyyn selvitys

Lääketieteellinen kuolinsyyn selvitys tehdään, jos hoitava lääkäri ei voi antaa kuolintodistusta olemassa olevien tietojen perusteella. Lääketieteelliseen ruumiinavaukseen tarvitaan omaisten lupa. Hoitava lääkäri tekee kuolintodistuksen ruumiinavauspöytäkirjan perusteella. Tämän jälkeen omaiset saavat kuolintodistuksen ja hoitavalta lääkäriltä tiedon kuolinsyystä. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

2.6 Oikeuslääketieteellinen kuolemansyyn selvitys

Oikeuslääketieteellinen kuolemansyyn selvitys tehdään, jos kuolinsyy on epäselvä tai jos kyseessä on rikos, tapaturma, itsemurha, myrkytys, ammattitauti, tai edellisten epäily. Oikeuslääketieteellisestä ruumiinavauksesta päättää poliisi. Oikeuslääketieteelliseen ruumiin avaukseen ei tarvita omaisten lupaa. Kuolintodistuksen tekee oikeuslääkäri. Ruumiinavauksen pöytäkirja, lausunto kuolemansyystä ja luokasta sekä kuolintodistus toimitetaan poliisille. Omaiset saavat kuolinsyöntiedot pyytämällä poliisilta. Hautauslupa annetaan vainajan hautaamisesta huolehtivalle omaiselle tai viranomaiselle välittömästi ruumiinavauksen jälkeen. (Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016)

3 ELINLUOVUTUSTESTAMENTTI

3.1 Laki elinsiirroista

Laissa säädetään elinsiirtoa varten tarkoitettujen elinten luovutuksesta, testauksesta, elinluovuttajan ja elimen ominaisuuksien kuvauksesta, talteenotosta, säilömisestä ja

säilytyksestä, kuljetuksesta, siirrosta, jäljitettävyydestä sekä vakavien vaaratilanteiden ja vakavien haittavaikutusten raportoinnista. (Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 277/2013,1§)

Kuolleelta ihmiseltä voidaan irrottaa elimiä, kudoksia ja soluja, ja niitä voidaan varastoida toisen ihmisen sairauden tai vamman hoitoon. Kuolema on todettava siten kuin sosiaali- ja terveysministeriön asetuksella säädetään. Lääkärit, jotka toteavat kuoleman, eivät saa osallistua elimien, kudoksien ja solujen siirtotoimintaan. (Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 8§)

Kuolleen ihmisen elimiä, kudoksia ja soluja saadaan irrottaa, jos ei ole tiedossa tai jos ei ole syytä olettaa, että vainaja eläessään olisi vastustanut toimenpidettä. Jos vainaja on eläessään kieltänyt elimiensä, kudoksiensa tai solujensa irrottamisen, toimenpidettä ei saa tehdä. Ennen kuin kuolleen ihmisen elimiä, kudoksia tai soluja irrotetaan, on mahdollisuuksien mukaan selvitettävä vainajan oma elinaikainen käsitys elimiensä, kudoksiensa tai solujensa irrottamisesta 8 §:n 1 momentissa säädettyyn tarkoitukseen. (Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 9§)

Jos vainaja on alaikäinen, eikä hän ikänsä ja kehitystasonsa vuoksi eläessään ole kyennyt muodostamaan käsitystä elimiensä, kudoksiensa tai solujensa irrottamisesta, saa elimiä, kudoksia ja soluja irrottaa, jollei hänen huoltajansa vastusta toimenpidettä. (Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 9§)

Jos täysi-ikäinen vainaja ei sairauden, mielenterveyden häiriön tai muun syyn vuoksi ole eläessään voinut muodostaa käsitystä elimien, kudoksien tai solujen irrottamisesta, saa toimenpiteen tehdä, jollei hänen lähiomaisensa tai muu läheisensä vastusta sitä.

(Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 9§)

3.2 Elinsiirtojen tärkeys

Sellainen sairaus, jonka ainoa hoitomuoto on elinsiirto, voi koskettaa ketä tahansa. Suomessa on yli 550 ihmistä, jotka odottavat elinsiirtoa. Siirrettävistä elimistä on jatkuva pula. Joka vuosi elinsiirtoa odottavista 5–10 prosenttia kuolee, koska sopivaa siirrännäistä ei saatu ajoissa. Suomessa tehdään munuaisen-, maksan-, sydämen-, keuhkon-, sydän- keuhkon, haiman- ja ohutsuolensiiroja. Lain mukaan aivokuolleen henkilön elimiä ja kudoksia voidaan käyttää toisen ihmisen hyväksi, jos hän ei ole sitä eläessään vastustanut. Vainajan mielipide on pyrittävä selvittämään. Jos mahdollisella elinluovuttajalla ei ole elinluovutuskorttia, kysytään tietoja mielipiteestä hänen omaisiltaan. Omaisen ei voi kieltää elinten luovutusta omaan tahtoonsa vedoten. (Elinluovutuskortin www-sivut 2019)

3.3 Elinsiirron puheeksi ottaminen omaisen kanssa

Laki velvoittaa hoitohenkilökuntaa mahdollisuuksien mukaan selvittämään aivokuolleen henkilön oman käsityksen elinten irrottamisesta. Jos vainajalla on elintestamentti, voidaan elimiä sen perusteella irrottaa. Jos elintestamenttia ei ole, eikä henkilö ole eläessään ilmaissut kantaansa elinten irrotukseen, oletetaan henkilön antaneen suostumuksensa. Omaisten osa on sikäli helpottunut lakimuutoksen myötä, ettei heidän tarvitse enää ottaa kantaa elinsiirtoasiaan. Tilanne on muutenkin äärimmäisen vaikea, jos läheinen on äkillisesti menehtynyt. On siis tärkeää ottaa elinsiirtoasia puheeksi hienovaraisesti omaisen kanssa. Vaikka omaisen ei enää voi päättää elintenluovutuksesta, heitä tulee edelleen aina informoida elinten irrotuksesta ja kertoa siitä, kuinka toiminnalla autetaan muita. On huomioitava omaisen ajatukset ja tunteet, joten asian suhteen on oltava hienovarainen ja kunnioitettava vainajaa sekä omaista. (Lääkäriliiton www-sivut 2019)

4 KUOLEMAAN LIITTYVÄ LAINSÄÄDÄNTÖ

4.1 Kuolemasta ilmoittaminen ja kuolleen hautaaminen

Kuolemasta on ilmoitettava viipymättä lääkärille tai poliisille. Lääkärin on ilmoitettava kuolemasta väestötietojärjestelmään ja terveyden ja hyvinvoinnin laitokselle. Kuolleen saa haudata tai ruumiin luovuttaa vasta, kun kuolemansyy on selvitetty ja hautauslupa on saatu. Hautausluvan antaa lääkäri. (Laki kuolemansyyn selvittämisestä

1.6.1973/459, 1 §)

4.2 Lääketieteellinen kuolemansyyn selvittäminen

Lääketieteellinen ruumiinavaus tehdään kuoleman syyn selvittämiseksi, jos kuollut on ollut viimeisen sairautensa aikana lääkärin hoidettavana tai ruumiinavauksen katsotaan olevan tarpeellinen yleisen terveyden- ja sairaanhoidon kannalta tarpeellinen. Lääketieteellistä ruumiinavausta ei saa suorittaa silloin kun ruumiille on suoritettava oikeuslääketieteellinen ruumiinavaus. (Laki kuolemansyyn selvittämisestä 1.6.1973/459, 4 §)

Sairaanhoitolaitoksessa tai terveyskeskuksessa kuolleen henkilön lääketieteellisestä ruumiinavauksesta päättää ylilääkäri tai vastaava lääkäri. Avaukseen on saatava omaisen tai vainajan läheisen lupa. Jos lupaa ei saada voi Terveyden ja hyvinvoinnin laitos antaa luvan ruumiinavauksen suorittamiseen. Tuolloin Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen on lääketieteellisen ruumiinavauksen suorittamista koskeva asia käsiteltävä kiireellisenä. Omaisille tai läheisille tulee ennen päätöstä järjestää kuulemistilaisuus, mikäli se ilman kohtuutonta viivytystä on mahdollista. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen antaessa luvan ruumiinavauksen suorittamiseen on samalla määrättävä ruumiinavauspaikka. (Laki kuolemansyyn selvittämisestä 1.6.1973/459, 5 § 6 §)

4.3 Oikeuslääketieteellisen kuolemansyyn selvittäminen

Kuoleman syyn selvittämiseksi on poliisin suoritettava tutkinta, kun kuoleman ei tiedetä johtuvan sairaudesta tai jos vainaja ei viimeisen sairauden aikana ole ollut lääkärin hoidossa. Poliisi tutkii kuoleman syyn myös silloin, kun kuoleman on aiheuttanut rikos, tapaturma, itsemurha, myrkytys, ammattitauti tai hoitotoimenpide tai jos epäillään kuoleman johtuneen jostakin sellaisesta syystä. Poliisi tutkii kuoleman myös, jos se on tapahtunut yllättäen. (Lakikuolemansyyn selvittämisestä 1.6.1973/459, 5 § 6 §)

Poliisi käyttää tutkinnassaan tarvittaessa lääkärin apua. Poliisin tulee ilmoittaa syyttäjälle kuolemasta, joka on tapahtunut henkilön ollessa poliisin hallussa ja valvonnassa. Lääkärin on ilmoitettava poliisille, mikäli hän havaitsee lääketieteellistä ruumiinavausta tehdessään viitteitä rikoksesta, tapaturmasta, itsemurhasta, myrkytyksestä, ammattitaudista tai hoitotoimenpiteestä, jonka vaikutuksesta ihminen on menehtynyt. Jos kuoleman syytä ei voida todeta ulkonaisen ruumiintarkastuksen tai muiden seikkojen perusteella on suoritettava oikeuslääketieteellinen ruumiinavaus ennen kuin vainajan saa haudata tai ruumiin luovuttaa. (Lakikuolemansyyn selvittämisestä 1.6.1973/459, 5 § 6 §)

Määräyksen oikeuslääketieteellisen ruumiinavauksen suorittamisesta antaa keskusrikospoliisin päällikkö tai muu päällystöön kuuluva poliisimies, syyttäväviranomainen, tuomioistuin, tai Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Lääketieteellisestä kuolemansyyn selvittämisestä aiheutuneet kustannukset maksaa valtio. Ruumiin kuljetuskustannuksista vastaa se sairaanhoitolaitos tai terveyskeskuksen ylläpitäjä, missä lääketieteellinen kuolemansyyn selvittäminen on tehty. Kuolemaan liittyvät todistukset, kuten kuolintodistus, hautaamislupa ja kuolinselvitys ovat maksuttomia. (Lakikuolemansyyn selvittämisestä 1.6.1973/459, 5 § 6 §)

Lääkärin tai muun henkilön, joka on vainajaa hoitanut, on pyynnöstä ilmoitettava asianomaiselle, mikäli hänellä on tietoja kuolemaan liittyvistä seikoista. (Lakikuolemansyyn selvittämisestä 1.6.1973/459, 5 § 6 §)

4.4 Hautaustoimilaki

Vainajaa tulee käsitellä arvokkaasti ja vainajan katsomusta ja toivomuksia on kunnioitettava. Ruumis on haudattava tai tuhkattava viivytyksettä. (Hautaustoimilaki 6.6.2003/457, 1 §, 2 §)

Evankelis-luterilaisen kirkon seurankunta voi periä maksuja hautaamiseen ja hautasiin liittyvistä palveluista. Kustannukset voivat olla enintään palvelun tuottamisesta aiheutuvien kustannusten suuruiset ja maksu perusteteet ovat samat kaikille. Maksuista voi saada vapautuksen kokonaan tai osittain, mikäli vainaja on rintamaveteraani tai rintamaveteraaniksi rinnastettava. Maksuvapautus tai lievennys voi koskea myös rintamaveteraanin puolisoa. (Hautaustoimilaki 6.6.2003/457, 6 §)

Hautausmaata tulee hoitaa arvokkaasti ja vainajan muistoa kunnioittavasti. Hautaoikeuden ylläpitäjä päättää haudalle sijoitettavista hautakivistä ja muistomerkeistä. Muistomerkin pitää olla hautausmaan yleiskuvaan sopiva ja sen tulee kunnioittaa vainajan muistoa sekä hautausmaan arvokkuutta. Muistomerkit hyväksyvät hautausmaan ylläpitäjät. Muistomerkkiä ei saa poistaa ilman hautausmaan ylläpitäjän suostumusta. Hautaoikeuden lakattua ylläpitäjän tulee tarjota hautaoikeuden haltijalle mahdollisuus poistaa hautamuistomerkki. Mikäli hautamuistomerkkiä ei ole hautaoikeudenhaltijan toimesta poistettu puolenvuoden kuluessa hautaoikeuden lakkaamisesta, siirtyy muistomerkki hautausmaan ylläpitäjälle vastikkeetta. (Hautaustoimilaki 6.6.2003/457, 13 §, 14 §)

Mikäli vainaja tuhkataan, on krematorioon ilmoitettava kirjallisesti, minne tuhka sijoitetaan. Krematorion ylläpitäjä saa luovuttaa tuhkan vain haudattavaksi tai muulla tavoin pysyvään paikkaan sijoitettavaksi. Tuhka on vuoden kuluessa tuhkaamisesta haudattava asiaan kuuluvaan paikkaan. (Hautaustoimilaki 6.6.2003/457, 17 §, 18 §)

Hautausjärjestelyt tulee hoitaa vainajan toiveiden mukaisesti. Mikäli vainaja ei ole eläessään esittänyt toivomuksia hautajaisjärjestelyistä voi vainajan puoliso tai perilliset huolehtia hautausjärjestelyistä. Jos vainajalla ei ole puolisoa, perillisiä tai läheisiä hautajaisjärjestelyistä huolehtii vainajan kotikunta. (Hautaustoimilaki 6.6.2003/457, 23 §)

5 OMAISEN SURU JA KRIISI

5.1 Mitä suru ja kriisi on?

Suru on useimmiten seurausta menetyksestä. Jokaisella on oikeus surra omalla tavallaan, koska suru on henkilökohtainen kokemus. Jonkun toisen ihmisen mielestä pieneltä näyttävä menetys voi aiheuttaa jollekin toiselle suurta surua. Suruun vaikuttavat muun muassa surun aiheuttaneen menetyksen luonne, suhde menetettyyn, ihmisen persoonallisuus ja mahdolliset aiemmin koetut menetykset sekä suruprosessin aikana saatu tuki. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

Suruun liittyy useita erilaisia tunteita: halua kieltää tapahtunut, turvattomuutta, suunnatonta ikävää, hylätyksi tulemisen tunnetta, merkityksettömyyttä, ahdistusta, syyllisyyttä ja vihaakin. Myös keho voi reagoida suruun: päätä särkee ja vatsa oireilee, tulee muistikatkoja, väsymystä, lihasjäykkyyttä ja esimerkiksi paniikkihäiriön oireita. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

”Kriisi ei ole sairautta, josta tulee parantua, vaan elämää, joka on elettävä.” (Ruis-
halme & Saaristo 2007, 16)

Kun tapahtuu jotain uutta ja vaikeasti käsiteltävää, esimerkiksi raskas menetys tai muunlainen elämänmuutos, voi siitä seurata kriisi. Kun ihminen on kriisissä, hän kokee avuttomuuden tunnetta ja hätää. Häneltä heikkenee perusturvallisuuden tunne ja ote elämästä tuntuu katoavan. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

Kun ihminen käy läpi kriisiä, saattaa hän kokea monenlaisia oireita ja tuntemuksia, kuten ahdistusta, masentuneisuutta, unettomuutta, ärtyneisyyttä ja fyysisiä kipuja. Kyky sietää vaikeita elämäntilanteita on hyvin erilainen erilaisilla ihmisillä. Toinen tarvitsee enemmän apua ja aikaa toipuakseen ja toinen voi selvitä hyvinkin vähällä oirehtimisella. Kriisit voivat myös tuoda mieleen aiempia vaikeita elämäntilanteita. Tällöin tilanne voi tuntua erityisen raskaalta. Toisaalta kriisi voi mahdollistaa asioiden uudelleenarvioimisen ja henkisen vahvistumisen. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

Kriisi voidaan luokitella kehitys- ja elämäntilannekriiseihin sekä traumaattisiin kriiseihin. Kehityskriisit ja elämäntilannekriisit liittyvät normaaliin elämänkulkuun, silloin kun ihminen siirtyy elämänvaiheesta toiseen. Myös positiivinen tapahtuma, kuten toivotun lapsen syntymä tai naimisiin meno voi aiheuttaa kriisin. Traumaattisen kriisin synnyttää usein epätavallisen voimakas ja epänormaali tapahtuma, johon liittyy suuri tunnejärkytys, jolloin omat voimat eivät riitä sitä kohtaamaan. (Suomen mielen-terveysseuran www-sivut 2018)

Monet todella vaikean kriisin kokeneet kertovat muuttuneensa. Nämä henkilöt ovat kertoneet löytäneensä itsestään sellaisia voimavaroja, joita he eivät tieneet olevan olemassakaan. Kriisistä on voinut seurata se, että elämä tuntuu haavoittuvaisemmalta, mutta myös vielä aiempaa merkityksellisemmältä. (Suomen mielen-terveysseuran www-sivut 2018)

5.2 Traumaattisen kriisin vaiheet

5.2.1 Shokkivaihe

Heti kriisin aiheuttaneen tilanteen jälkeen alkaa shokkivaihe. Shokkivaiheen aikana ihminen ei kykene vielä käsittämään kriisin aiheuttanutta tapahtumaa ja saattaa jopa kieltää sen. Osa shokkivaihetta elävistä lamaantuu täydellisesti. Osa sulkee tunteet pois ja käyttäytyy mekaanisesti. Jotkut saattavat reagoida shokkivaiheessa voimakkaalla kiihtymystilalla, jolloin he saattavat esimerkiksi huutaa suoraa huutoa tai itkeä raivokkaasti. Lamaantumisen ja levottomuuden saattavat myös vaihdella vuorotellen. Shokkivaihetta elävien reaktiot, esimerkiksi näennäinen tunteettomuus saattavat hämentää läheisiä ihmisiä ja jopa aiheuttaa paheksuntaa. (Suomen mielen-terveysseuran www-sivut 2018)

Reaktiot shokkivaiheessa voivat tuntua pelottavilta ja omituisilta niin kriisissä itse olevalle kuin ulkopuolisillekin. Näillä reaktioilla on kuitenkin tärkeä psyykkistä ja elämää suojaava merkitys, koska liian suurta järkytystä ei voi hahmottaa lyhyessä ajassa ja shokkivaihe antaa aikaa kohdata tapahtunut. Shokkivaiheessa oleva tarvitsee yleensä konkreettista turvaa ja kokemuksen siitä, että läsnä olevat ihmiset hallitsevat

tilanteen. Tämä vaatii hoitajalta kokemuksen tuomaa ammattitaitoa, jotta osaa pysyä rauhallisena ja turvallisena tukipilarina kriisissä olevalle omaiselle. Shokkivaihetta elävän kanssa on hyvä keskustella tapahtuneesta rauhallisesti. Kannattaa ottaa huomioon, että kerrotut asiat eivät jää useinkaan shokissa olevan mieleen ja että puheen pitää olla rauhallista, selkeää ja yksinkertaista, sillä shokissa olevan kyky vastaanottaa tietoa on heikko. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

5.2.2 Reaktiovaihe

Shokkivaiheen jälkeen seuraa reaktiovaihe, jolloin ihminen alkaa vähän kerrallaan kohdata järkyttävän tapahtuman. Hän yrittää muodostaa käsitystä tapahtuneesta ja sen merkityksestä. Reaktiovaiheen alussa useilla ihmisillä esiintyy oudoiksi ja hämmäntäviksi koettuja tuntemuksia, kuten esimerkiksi, että menetetty ihminen olisi jossain lähellä tai että hänen äänensä kuuluisi jostakin. Ihmisen mieli yrittää vielä kieltää tapahtuneen, jolloin oudot tuntemukset ovat osa tätä prosessia. Reaktiovaiheeseen saattaa liittyä pelkoa ja ahdistusta sekä itsesyytöksiä ja tarvetta etsiä syyllisiä. Siihen voi liittyä myös unettomuutta ja ruokahaluttomuutta sekä vapinaa, pahoinvointia ja muita fyysisiä oireita. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

Reaktiovaiheessa oleva tarvitsee konkreettisia ohjeita ja tukea arjesta selviämiseen sekä sitä, että toinen on läsnä ja kuuntelee. Tapahtuman käsittely on alkamassa tässä kriisin vaiheessa. Henkilö tasapainoilee sietämättömältä kokemuksesta suojautumisen ja sen käsittelemisen aloittamisen välillä. Kriisin aiheuttanut tapahtuma toistuu usein muistikuvina hereillä ollessa ja nukkuessa tässä vaiheessa. Tapahtuma saattaa palautua yhtäkkiä hyvinkin elävästi mieleen esimerkiksi jonkun tuoksun tai äänen takia tai vaikka keskustellessa jonkun ihmisen kanssa. Henkilö voi nähdä tapahtuneesta painajaisia, mutta myöhemmin unet usein monipuolistuvat. Reaktiovaiheessa olevien tuntemukset ovat usein samankaltaisia ja niistä käytetään yllättävän samanlaisia ilmauksia kuten ”luulen tulevani hulluksi”, ”pää ei kestä”, ”selviänkö tästä ikinä?”, ”elämä tuntuu vuoristoradalta” sekä ”jatkuuko tämä tuska aina?”. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

Kriisin reaktiovaiheessa henkilö tarvitsee tunnetta siitä, että häntä kuunnellaan. Hänellä saattaa olla tarve puhua tapahtumasta paljon, mikä voi tuntua raskaalta ja voimia vievältä hänen läheisistään. Puhumisella on kuitenkin tärkeä merkitys toipumisen kannalta. Puhuminen auttaa ymmärtämään tapahtunutta, tunteita on helpompi kohdata, kun niille antaa nimet, kokemuksia voi jakaa ja saada tukea saman kokeneilta ja puhumalla oma käytös tulee ymmärretyksi. Lisäksi puhuminen mahdollistaa tilanteen tarkastelun eri näkökulmista ja sen avulla tiedostaa tapahtuman merkityksen. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

5.2.3 Käsittelyvaihe

Kriisin aiheuttanut tapahtuma aletaan ymmärtää kriisin käsittelyvaiheessa. Sitä ei enää kielletä, vaan sen käsitetään olevan muutoksineen ja menetyksineen totta. Henkilö alkaa olla valmis kohtaamaan oman muuttuneen tilanteensa ja tapahtuman kaikki ulottuvuudet. Käsittelyvaiheeseen voi liittyä muisti- ja keskittymisvaikeuksia, ärtyneisyyttä ja sosiaalisista suhteista vetäytymistä. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

Henkilö alkaa käsittelyvaiheessa tiedostaa kriisin aiheuttamat muutokset ja alkaa usein pohtia omaa identiteettiään, vakaumuksiaan ja uskomuksiaan. Tulevaisuutta ei vielä jaksaa pohtia, mutta ajatukset alkavat liikkua muissakin asioissa kuin tapahtuneessa. Henkilö kuitenkin valmistautuu suuntautumaan jälleen tulevaisuutta kohti. Tässä vaiheessa läheisensä menettänyt on valmis varsinaiseen surutyöhön. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

5.2.4 Uudelleen suuntautumisen vaihe

Tapahtunut alkaa hiljalleen muuttua osaksi elämää ja kokemusta omasta itsestä kriisin uudelleen suuntautumisen vaiheessa. Tapahtunut ei ole mielessä jatkuvasti ja sen kanssa pystyy elämään. Elämässä on myös iloa, ihminen kykenee suuntautumaan tulevaisuuteen ja luottamus elämään palautuu, mutta tuska voi kuitenkin nousta pintaan hetkellisesti. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

Tapahtuma ei enää hallitse tunne- ja ajatusmaailmaa, vaan siitä tulee vain merkittävä osa omaa elämäntarinaa. Tapahtuma on voinut tuoda henkilölle jopa lisää henkisiä voimavaroja ja se ei enää kuluta omaa mielenterveyttä. Tapahtumasta muistuttavat asiat saattavat kuitenkin vielä tuoda mieleen raskaita tunteita ja tuottaa ahdistusta ja muita oireita. (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2018)

5.3 Kriisi ja hoitaja

Minttu Mannisen opinnäytetyössä, Traumaattinen kriisi– ohjeita äkillisen järkyttävän kokemuksen kohdanneille, on pohdintaa kriisityöstä ammattilaisen näkökulmasta. Hän on oman kriisityön kokemuksensa perusteella huomannut, että työntekijä joutuu aika ajoin painimaan tietynlaisten kysymysten kanssa pystyäkseen tekemään työtänsä eettisesti ja asiakaslähtöisesti. Kriisityössä heräävät tunteet ja kysymykset kosketelevat muun muassa henkilön selviämistä oman tukiverkkonsa ja omien selviytymiskeinojensa avulla. Joskus kriisityötä tehdessä, ammattilainen saattaa huomata, ettei oikein tahtoisi päästää asiakasta irti ja luottaa siihen, että hän pärjää. Toisinaan siihen voi löytyä syy vaikka asiakkaan elämäntilanteesta. Aina sellaista ei kuitenkaan ole ja kysymys saattaakin olla työntekijän tarpeesta tuntee olevansa tarpeellinen tai asiakkaan herättämästä jostain muusta työntekijässä piilevästä tarpeesta. Kriisityötä tehdessään ihmisen on jatkuvasti kehitettävä itsensä reflektointia kyseenalaistamalla ajoittain työkäytäntöjä ja omia ajatuksiaan, tunteitaan ja tekojaan sekä käyttämällä hyödykseen työnohjauksen mahdollisuutta. Näin päästään todennäköisemmin tilanteeseen, jossa eettisyys toteutuu kriisityössä ja auttaa sekä asiakasta että työntekijää. (Manninen 2015, 23-24)

Kohdatessaan surevan omaisen on hoitajan siis hyvä tiedostaa omaisen kriisi ja suru. On hyvä puhua omaiselle kriisin eri vaiheista, jos tilanne sen sallii. Hoitotyössä ei aina ole mahdollista hoitaa ja ohjata omaista pitkäjäksoisesti, mutta olisi hyvä antaa kohtaamisessa hyvät eväät selviytymiseen kriisissä ja surussa. On hyvä tiedostaa kriisin eri vaiheita, jolloin tietää, että omaisen käytös johtuu kriisistä. (Manninen 2015, 24)

6 HOITAJA KOHTAA SUREVAN OMAISEN

6.1 Kohtaaminen

”Kohdatessasi surevan omaisen – muista, että sureva voisit olla sinä itse tai sinun läheisesi.” (Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin toimintaohje potilaan kuoleman jälkeen. 2011)

Läheisen kuolema tulee useimmiten järkytyksenä. Yleensä omaisilla on ollut mahdollisuus valmistautua kuolemaan, mutta toisinaan kuolema tulee täysin varoittamatta. Se on erityisen raskas isku, kun vainaja on iältään nuori, kuolema tapahtuu äkillisesti tai jos kuolintapa on ollut erityisen järkyttävä. Omaisten tunteisiin vaikuttaa suuresti se, että onko kuolema ollut hyvä vai huono kuolema. Kuolema ei tunnukaan luonnolliselta osalta elämää, kun se tulee yllättäen ja erityisen järkyttävällä tavalla, se on ollut siis niin sanotusti huono kuolema. Se tuntuu joltain niin julmalta ja pimeältä, että kuoleman läsnäoloon tottuneet ammattilaisetkaan eivät mielellään kohtaisi sen todellisuutta ja ajattelisi sitä. Kuolemaa ei voi ymmärtää täysin. Menehtyneen läheiseltä voi viedä kaikki voimat menetyksestä seurannut tuska ja muuttunut elämäntilanne. Kohtaamiset ammattilaisten kanssa pian kuoleman jälkeen vaikuttavat suuresti omaisten oloon järkyttävän tapahtuman jälkeen. (Surevan kohtaaminen-hankkeen www-sivut 2018)

Surevan kohtaamiseen ei ole yhtä ainoata oikeaa ohjetta tai muistilistaa. Jokainen kohtaaminen on ainutkertainen. Ihmiset ovat hyvin yksilöllisiä, samoin surut ja menetykset. Se, mikä sopii toiselle ja lohduttaa toista, saattaa loukata toista. Tärkeintä on kohdata sureva rohkeasti ja aidosti olemalla läsnä ja olemalla oma itsensä. On hyvä ilmaista myötätuntoaan tavalla, joka on luonteenomaista juuri itselle, käyttämällä sanoja tai eleitä. Koskettamalla voi myös ilmaista myötätuntoa, mutta siinä on hyvä olla hienotunteinen, koska kaikki eivät koe kosketusta luontevana. Joskus käden tai olkapään puristuskin on riittävä. Ammattilaiselle on sallittua näyttää omat tunteensa, koska suurin osa surevista arvostaa tätä. On kuitenkin myös tärkeää tiedostaa omat tunteensa ja hallita niitä ammattilaisena niin, ettei sureva joudu tukemaan häntä. (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2018)

6.2 Kohtaamisen taito

On tärkeää olla välttelemättä surevaa. Sureva tulee kohdata rohkeasti esimerkiksi käytävällä tai odotustilassa tervehtimällä ja kysymällä vointia. Kuunteleminen on tärkeää ja se, että on aidosti läsnä. Jos ei tiedä mitä pitäisi sanoa niin on hyvä keskittyä kuuntelemaan surevaa. Aina sanoja ei välttämättä ole. ”En tiedä” on myös sallittu lause, jonka surevalle voi sanoa. Hoitajan kiire ei saisi näkyä surevalle. On siis tärkeää rauhoittua hetkeen ja unohtaa kiire hetkeksi. Puhuminen asioista, joista sureva haluaa puhua, on myös tärkeää. Kuolleen nimen käyttäminen hänestä puhuttaessa on hyväksi. Hoitaja voi muistella yhdessä omaisen kanssa kuollutta ja antaa omaisen kertoa muistoja hänestä. Kaikki tunteet ovat kyseisessä hetkessä sallittuja. Neuvoja, tulkin-toja ja omia johtopäätöksiä pitäisi vältellä. Hiljaisuuttakin tulee sietää. (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2018)

Kuolema on yksilöllinen kokemus. Hyvää tarkoittava hoitaja voi toisinaan katkaista toisen puheen antaakseen hyvän neuvon ja sureva kokee sen helposti ongelmansa vähättelyksi. Kuolema ei ole pelkkä keskustelun aihe, vaan se on todellinen tapahtuma seurauksineen. (Hänninen 2012, 143.)

Potilaat ja heidän läheisensä kaipaavat hoitotyöntekijöitä, jotka uskaltavat panna itsensä likoon työssään eivätkä pelkää omaa haavoittumistaan tai suruaan. (Grönlund & Huhtinen 2011, 142)

6.3 Surun kunnioittaminen

Hoitajan on tärkeää hyväksyä omaisen tuskan syvyys ja se, että kuolema on käsittämätöntä. Toivottomuus ja lohduttomuus on tärkeää hyväksyä. Surua ei voi selittää pois. Hoitaja ei saa vähätellä omaisen tunteita ja surua eikä vertailla. Omaista ei saisi myöskään yrittää piristää. Surulle ei voi määrittää kestoja eikä sitä voi tehdä pienemmäksi. Hoitajan tulee välttää ilmaisuja, jotka mitätöivät surua, kuten ”Tiedän miltä sinusta tuntuu”, ”Aika parantaa haavat, kyllä se siitä” tai ”Sinun täytyy olla nyt vahva,

että voit tukea muita perheenjäseniä”. Jos omaiset ovat menettäneet lapsen, heille ei tule sanoa: ”Olette vielä nuoria, voitte saada vielä lisää lapsia”. Omaisille on annettava lupa surra ja sen hoitaja voi pukea sanoiksi. (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2018)

6.4 Avun ja tuen tarjoaminen

Hoitaja voi kysyä surevalta, millaista tukea hän kaipaa. Surevalla ei ehkä ole alussa voimavaroja kertoa tai edes välttämättä tietoa siitä, mitä hän haluaa tai voisi tarvita. Tällöin hoitajalta vaaditaan omaa aktiivisuutta. Jos sureva kieltäytyy tuesta, kysy uudelleen jonkin ajan kuluttua. On hyvä keskustella useampia kertoja asiasta. Huomioi kaikki perheenjäsenet ja heidän surunsa. On tärkeää arvioida perheen selviytymistä. Kuka tai mikä taho voisi olla arjessa apuna perheelle? Konkreettisten asioiden hoitaminen tulee sujua surussakin, kuten asioiden hoitaminen, kaupassa käynti, lastenhoito ja ruoanlaitto. Ohjaa omaiset avun piiriin, kuten kotihoidon palveluihin. (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2018)

Hoitajan tulee ohjeistaa omaista myös siitä, että internetin keskustelupalstoilla anonyymiteetti eli nimettömyys keskusteluissa mahdollistaa sen, että siellä jaetaan myös väärää tietoa.

Surevaa on autettava tunnistamaan ja löytämään omia voimavarojaan. Apua ja tukea on saatavilla eri tahoilta ja se tulee kertoa omaisille. On tärkeää rohkaista omaisia hakemaan apua ja vastaanottamaan sitä. On myös tärkeää kertoa siitä, että vertaistukea on olemassa. Se on monille hyvin tärkeää ja voimaannuttavaa. Tukeminen ja avun tarjoaminen on tärkeää, mutta myös aikaa ja tilaa täytyy antaa surevalle. Surevan tulee myös antaa niin sanotusti levätä surusta. Hänen täytyy saada tehdä tavallisia asioita omien voimiensa mukaan. Surevaan omaiseen tulisi olla yhteydessä myöhemminkin, vaikka aikaa on kulunut. Omaiselta voi tiedustella vointia ja ohjata häntä eteenpäin tuen pariin. (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2018)

”Jokaisen suru on yhtä yksilöllinen kuin sormenjälki.” (Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut 2018)

6.5 Osanotto

Osanotto on rinnalle asettumista ja raskaan kuorman jakamista. Sanoilla ”otan osaa” on yleensä suuri positiivinen vaikutus surevalle. Osanotolla on merkitystä hänelle, jolla on suru kannettavana. Jos sanoja ei löydy siinä hetkessä, kun hoitaja kohtaa surevan omaisen, on hyvä olla hiljaa, kuunnella ja sanoa vain ”otan osaa”. (Hokkanen 2017, 69)

6.6 Myötätuntouupumus

Hoitaja kuuntelee joka päivä toisen ihmisen murheita työkseen. Siinä työssä on välttämätöntä osata asettua empaattisesti toisen asemaan. Joskus empatia voi kuitenkin mennä yli. Samaistuminen asiakkaaseen voi olla niin voimakasta, että tunnetila ottaa vallan auttajasta. Asiakkaan kokemus menee ihon alle, ja asiakkaan tunteista tuleekin auttajan tunteita. Silloin tunnetila alkaa ohjata auttajan tulkintaa tilanteesta ja asiakkaan tarpeista. Kokonaistilannetta on vaikea hahmottaa. Tunteet alkavat vyöryä päälle kesken asiakastapaamisten, ja ahdistavat ajatukset seuraavat mukana myös työpäivän ulkopuolelle. Kyse on myötätuntostressistä, joka pitkittyneenä voi johtaa myötätuntouupumukseen. Lopputuloksena voi olla auttajan palaminen loppuun. (Soisalo 2018)

Myötätuntouupumus kehittyy hitaasti ja salakavalasti, yleensä huomaamatta. Myötätuntouupumuksessa on kyse työn aiheuttamasta uupumisesta, joka on sidoksissa työn emotionaalisiin haasteisiin. Psykkinen kuormittuminen kuuluu ihmissuhdetyöhön, mutta myötätuntouupumuksessa väsymys- ja kuormitustila on syvempi ja kokonaisvaltaisempi kuin tavallisessa työn tuomassa kuormituksessa. Yleisempiä ensimmäisiä myötätuntouupumisen oireita ovat yleensä eriaisteiset fyysiset stressioireet kuten esim. unihäiriöt, kivut ja ruokahaluun liittyvät oireet. Uupumuksen edetessä ilmaantuu myös psyykkisiä oireita kuten mm. ilon ja nautinnon puute, itselääkintä, pelkojen lisääntyminen sekä maailmankuvan että ihmiskuvan pessimistinen muutos. Myötätuntouupumus ei kuitenkaan yleensä vie halua tehdä työtä ja sitoutua siihen. Levon ja

itsehoidon lisäksi myötätuntouupumukseen sairastuneen on tärkeä hoitaa erityisesti ihmissuhteita ja ymmärtää vuorovaikutusprosessia. (Nissinen 2012, 31–36.)

7 HAUTAJAISJÄRJESTELYT

7.1 Vainajan ja omaisten toiveiden kunnioittaminen

Hautaus tapahtuu vainajan uskontokunnan tai elämäkatsomuksen ja omaisten toiveiden mukaisesti. Vainaja on myös voinut eläessään antaa ohjeita hautaustaan varten. Omaiset selvittävät onko vainajalla hautaustestamenttia tai onko heillä muuten tietoa siitä, miten hän olisi itse toivonut hautajaisensa järjestettävän. Vainajan toiveita tulisi kunnioittaa niin pitkälle kuin mahdollista. Läheisen menehtyessä hautaustoimistosta saa tietoa ja apua konkreettisiin toimiin hautajaisjärjestelyihin liittyen. (Hautaustoimistojenliittojen www - sivut 2019)

7.2 Apua hautajaisjärjestelyihin

Hautausjärjestelyt voi hoitaa itse tai käyttää hautaustoimistoa. Testamentti annetaan tiedoksi kaikille perillisille. Perunkirjoitus on tehtävä kolmen kuukauden kuluessa kuolemasta. perunkirjoitusta varten tarvitaan aukoton selvitys ja virkatodistukset kuolinpesän osakkaista. (Kelan www - sivut 2019)

Hautajaisjärjestelyihin kannattaa laatia budjetti. Omaiset ovat yhteydessä seurankuntaan tai muuhun uskontokuntaan ja sopivat muistotilaisuuden sisällöstä järjestävän tahon kanssa. Hautaustoimiston kanssa sovitaan palveluista, joista hautaustoimisto hoitaa ja mitä omaiset hoitavat. Hautaustoimistossa valitaan arkku tai uurna sekä vainajan siirtokuljetukset. (Hautaustoimistojenliittojen www - sivut 2019)

7.3 Omaisen kuolemaan liittyviä yleisiä hoidettavia asioita

Jos kuolema tapahtuu muualla kuin sairaalassa tulee kuolemasta ilmoittaa poliisille. Tarvittaessa poliisi huolehtii kuolemansyyn selvittämisestä ja tiedon välittämisestä eteenpäin. Sairaala tai hoitolaitos välittää kuolemasta tiedon Väestötietojärjestelmään, josta tieto etenee esim. Kelaan ja eläkelaitokseen. (Kelan www - sivut 2019)

Kuolemasta tulee ilmoittaa Kelaan mahdollisimman pian, mikäli kuollut on saanut eläkettä, muutoin eläkettä voidaan maksaa turhaan ja ne peritään takaisin. Takaisinperintään ei tarvita kuolinpesän suostumusta. Kela maksaa eläkkeen sen kuukauden loppuun, jonka aikana saaja on kuollut. (Kelan www - sivut 2019)

Jos kuollut on saanut ennen menehtymisen hetkellä äitiysrahaa, lapsen isä voi saada sen vanhempainrahana. Valtion takaamaa opintolainaa, ei merkitä perukirjaan. Kela myöntää vapautuksen opintolainasta. (Kelan www - sivut 2019)

Kuolemasta tulee ilmoittaa postiin, jotta posti voidaan ohjata kuolinpesänhoitajalle. Leski tai kuolleen lapsi toimii usein kuolinpesänhoitajana. Kuolemasta tulisi ilmoittaa pankkiin, jotta kuolleen tiliä tai tallelokeroa ei voida käyttää väärin. Pankkiin ilmoitetaan myös kuolinpesänhoitaja, jolla on oikeus hoitaa kuolinpesän asioita. Kaikki edellä mainitut ilmoitukset tulee tehdä kirjallisesti. (Kelan www - sivut 2019)

Vakuutusyhtiölle ilmoitetaan, jos kuolleella on voimassa henkivakuutus tai muu vakuutus. Kuolleen työntantajalle ilmoitetaan, jotta palkan maksu voidaan lopettaa ja työntantaja voi hakea omaiselle korvausta ryhmähenkivakuutuksesta. Jos omaisella tai huollettavalla on oikeus perhe-eläkkeeseen. Tulee täyttää leskeneläkehakemus ja lapseneläkehakemus. Se lähetetään Kelaan tai työeläkelaitoksen toimipisteeseen. Samalla hakemuksella voi hakea yhdestä paikasta sekä kansaeläkelain että työeläkelain mukaiset perhe-etuudet. Jos omaisella on alle 17- vuotiaita lapsia, haetaan Kelasta lapsilisään yksinhuoltajakorotus. Sen voi saada, jos ei puolison kuollessa ole uudessa parisuhteessa. (Kelan www - sivut 2019)

Hautapaikka tulee hankkia ja, mikäli tuhkataan, on hautapaikka ilmoitettava krematorioon tuhkauksen ollessa kyseessä. Hautajaispäivä ilmoitetaan läheisille ja sovitaan arkunkantajista. Muistotilaisuuden koristelusta, kukista, kynttilöistä ja tarjoiluista sovitaan ja ne varataan. Haudanhoidosta sovitaan hautausmaan ylläpitäjän kanssa. Hautakivi tai muistolaatta tilataan. Perunkirjoitus täytyy hoitaa kolmen kuukauden kuluessa kuolemasta. (Hautausoimistojenliittojen www - sivut 2019)



Kuva 1. Lippu puolitangossa vainajan kunniaksi.

(Jaakko Lampimäki)

8 HAUTAJAISKUSTANNUKSET

8.1 Yleistä kustannuksista

Vainajan varoista maksetaan pääsääntöisesti hautauskulut. Kuolinpesästä voidaan maksaa kohtuulliset hautauskulut, jotka kuuluvat niin sanottuihin pesänselvitysvelkoihin. Ne voidaan maksaa ennen kuolinpesän muiden velkojen maksamista, mutta velkojen oikeuksien suojaamisen vuoksi hautauskulut on pidettävä kohtuullisina. Liian kalliit hautajaiset loukkaisivat velkojen oikeuksia saada velkansa perittyä. Jos

muu kuin pesän osakas on huolehtinut hautauskuluista, on hänellä oikeus saada kuolinpesän varoista kohtuulliset korvaukset. (Minilex- www-sivut 2019)

Hautajaiskustannukset riippuvat monista eri valinnoista, koska jokainen hautaustilaisuus on yksilöllinen. Myös hautauspaikkakunta ja paikkakunnan tarjoamat vaihtoehdot vaikuttavat suuresti. Vaihtoehtoja ja valintaperusteita on monia. Eri hautaustoimistoista hintoja selvittäessä ilmeni, että keskimäärin Suomessa käytetään hautajaisiin 3000-4000€. Tähän sisältyy yleensä arkku, uurna, kuljetukset, kukat, muistotilaisuus, lehti-ilmoitukset ja seurakunnan kustannukset. Kokonaiskustannukset voivat edullisimmilla vaihtoehdoilla jäädä alle 1000 euron, kun taas ylärajaa kustannuksille ei ole, mutta niin ei ole muidenkaan juhlien järjestämisessä.

8.2 Hautaaminen

Evankelis-luterilaisen kirkon seurakunta, muu rekisteröity uskonnollinen yhdyskunta tai muu rekisteröity yhteisö tai säätiö voi periä maksuja hautasijan luovuttamisesta, hautaamiseen liittyvistä palveluista ja haudan hoidosta. Maksut saavat olla enintään palvelun tuottamisesta aiheutuvien kustannusten suuruiset. Maksujen perusteiden tulee olla samat kaikille, joilla on oikeus tulla haudatuksi seurakunnan tai seurakuntayhtymän hautausmaalle. Hautausmaata ei saa ylläpitää taloudellisen voiton tavoittelemiseksi. (Hautausoimilaki 457/2003, 2 § 6)

8.3 Arkku

Suomessa kaikki vainajat saatetaan arkussa, joko hautaan tai tuhkaukseen. Arkku on keskeisellä sijalla läheisen viimeisellä matkalla, koska hautajaiset järjestetään siis aina arkun kanssa. Ajatuksella valittu arkku kuvastaa juuri niitä asioita, joilla vainajan ainutkertaista elämää halutaan kunnioittaa. (SHT www-sivut 2019)

Eri hautaustoimistoilta kysyttäessä hintoja ruumisarkuista ilmeni, että edullisimmat arkut maksavat kolmen sadan euron kahden puolen. Hintahaitari on laaja. Esimerkiksi halvimmat käsittelemättömät puuarkut maksavat noin 350 euroa. Kalleimmat tammiarkut voivat maksaa nelisen tuhatta euroa.



Kuva 2 ja 3. Arkkuja.
(Jaakko Lampimäki)

8.4 Vainajan laitto

Vainaja kunnostetaan aina. Vainajalta kammataan hiukset, puetaan vaatteet päälle sekä puhdistetaan mahdollinen veri tai muu lika kasvoilta pumpulilla ja vedellä. Kaksi hautaustoimiston työntekijää pukee yleensä vainajan. Vainaja voidaan pukea omiin vaatteisiinsa, mutta suurin osa omaisista valitsee edesmenneen läheisensä päälle perinteisen hautaustoimiston tarjoaman vaatetuksen. Miehillä se tarkoittaa solmiollista ja naisilla pitsiröyhelökaulusista paitaa sekä sukkia. Arkun kansi suljetaan sen jälkeen, kun vainajan päälle on aseteltu peitto ja kasvoliina. Vainajan valmistelu ja arkkuun laitto maksavat erikseen hinnoiteltuna muutaman sata euroa. (Simola, 2015)

8.5 Uurna

Arkun lisäksi tarvitaan urna, mikäli vainaja tuhkataan. Vainaja tuhkataan arkussa, joten arkku tarvitaan myös tuhkahautauksissa. Tuhkauurna tulee valmistaa maativista materiaaleista. (Suomen ruumisarkkuliikkeen www-sivut 2019)

Vainajan tuhka on haudattava tai muulla tavoin sijoitettava pysyvästi yhteen paikkaan vuoden kuluessa tuhkaamisesta. Tuhkauurnansaajan on ilmoitettava kirjallisesti krematorion ylläpitäjälle, minne tuhka sijoitetaan, ennen tuhkan luovuttamista. Jos hautausjärjestelyistä vastaavat henkilöt eivät vuoden kuluttua tuhkaamisesta huolehdi tuhkasta krematorion kehotuksesta huolimatta, sijoitetaan tuhka vainajan kuolinpesän kustannuksella sille hautausmaalle, johon vainajalle on oikeus tulla haudatuksi. Alueen omistajan tai haltijan suostumus on oltava aina tuhkan sijoittamisesta maa- tai vesialueelle. Epäselvyyksien välttämiseksi suostumus on hyvä hankkia kirjallisena. Jos yksityistä hautapaikkaa ei muodosteta, vainajan tuhkan hautaamiseen ei tarvita aluehallintoviraston lupaa. Jos vainajan tuhka sijoitetaan maahan siten, ettei paikalle tule hautamuistomerkkiä tai muuta näkyvää merkkiä haudasta, yksityistä hautapaikkaa ei muodostu. Aluehallintovirastolta tulee hakea lupa yksityisen haudan perustamisesta, jos vainajan tuhka halutaan sijoittaa maa-alueelle sekä asettaa paikalle muistomerkki tai muita näkyviä merkkejä. (Aluehallintoviraston www-sivut 2019)

Eri hautausoimistoista kysyttäessä ilmeni, että halvimmat ekouurnat maksavat alle viisikymppiä, mutta tuotevalikoimasta löytyy myös kalliimpia vaihtoehtoja. Kalleimmat urnat liikkuvat tuhannen euron hintaluokassa.

8.6 Kuolinilmoitus lehteen

Vanhastaan on ollut tapana, että kuolinilmoituksella lehdessä kerrotaan muille, mitä on tapahtunut. Kulttuurimme on muuttunut tältä osin merkittävästi viime vuosina. Kuolinilmoitus toimii yhä edelleen kutsuna hautajaisiin, mutta nykyään enemmistö

kuolinilmoituksista julkaistaan lehdissä vasta hautajaisten jälkeen. Se tarkoittaa useimmille sitä, että kuolinviesti ja hautajaiskutsu pitää hoitaa jotenkin toisin. Vaikka kuolemasta ilmoitettaisiin lehdessä ennen hautajaisia, muuttoliike on hajauttanut omaisia ja ystäviä yhden lehden levikkialueen ulkopuolelle, joten korvaavia välineitä tarvitaan. On hyvä miettiä etukäteen, ovatko soitto, tekstiviesti ja sähköposti käyviä välineitä kertoa kuolemasta. (Laakso 2014, 17)

Kuolinilmoitus Satakunnan Kansaan maksaa 268 e tai 536 e riippuen siitä ottaako yksi- vai kaksipalstaisen ilmoituksen. Kaksipalstainen maksaa enemmän. (Satakunnan Kansan www-sivut 2018)

Helsingin Sanomiin kuolinilmoitus maksaa 409 e-640 e riippuen ilmoituksen koosta ja julkaisupäivästä. Sunnuntai on julkaisupäivistä kallein ja arkipäivät halvempia vaihtoehtoja. (Helsingin Sanomien www-sivut 2018)

Kuolinilmoituksissa käytetään Suomessa tavallisesti kristillisiä symboleja. Yleisin on risti. Joskus ristiin liitetään lintu, enkeli, palmunoksa tai rukouslamppu. Perinteisesti lintu on sielun symboli, palmunoksa ikuisen elämän ja rauhan vertauskuva. Joskus ristin rinnalla tai sen paikalla voi olla vainajalle tärkeän yhteisön, esimerkiksi veteraanien tunnus. Muut kuvat, kuten purjevene tai auringonlasku, liittyvät lähinnä vainajan harrastukseen tai kertovat elämän päättymisestä. (Repo 2017, 13)

8.7 Kukkaset

Kukat muistuttavat rakkaudesta ja kristinuskon opein ylösnousemuksen puutarhasta, mutta myös katoavaisuudesta. Tapana on hankkia kukkakoriste arkun päälle. Muut kukkatervehdykset lasketaan joko siunaustilaisuuden alussa tai loppupuolella. Lähimmät omaiset laskevat kukkalaitteensa ensimmäisenä. Hetkessä voi lausua muistotervehdyksen tai runon tai raamatuntekstin. Hetkessä voi olla myös vain hiljaa. Toiveena omaisilla voi myös olla, että vainajaa muistetaan vaikkapa vain yhdellä ruusulla. (Heltä 2018, 54)

Arkunkoriste on siunaus - ja saattotilaisuudessa arkun päällä. Eri hautaustoimistoista hintoja selvittäessä ilmeni, että arkun kukkalaitteen hinta vaihtelee 50-300 euron välillä. Omaisten kukkalaitteet voivat olla kukkavihkoja, kimppuja tai seppeleitä. Saattoväki laskee kukkalaitteet, joko arkun ympärille tai haudalle, riippuen hautaus-
tavasta.

Näiden kukkien hinnat ovat 20 eurosta ylöspäin.



Kuva 4 ja 5. Hautajaiskukkasia.

(Jaakko Lampimäki)

8.8 Kuljetukset

Muutama kuljetus tarvitaan myös viimeisellä matkalla. Eri hautaustoimistoista selvittäessä hintoja ilmeni, että pidemmät matkat laskutetaan yleensä kilometrihinnalla. Lyhyet matkat kuuluvat hautaustoimiston peruspakettiin. Paikalliskuljetukset hoituvat yleensä kokonaisuudessaan alle 500 euron. Vainajaa ei saa nostaa yksin. Apumiehen palkka on tunnilta noin 40 euroa.

8.9 Hautamuistomerkki

Kivi on Suomessa perinteinen hautamuistomerkki. Kivi on lähes ikuinen materiaali. Se edustaa pysyvyyttä, koska muistot säilyvät, vaikka läheinen onkin jo poissa. Myös hautaristejä, joko metallisia tai puisia, on saatavilla. Vainajasta kertova muistomerkki on hautapaikan ja haudattujen vainajien tietojen merkitsemistä varten. Hautakivi ja hauta muodostavat vainajan perheelle ja ystäville muistelupaikan. (Hautaustoimistojen liiton www - sivut 2019)

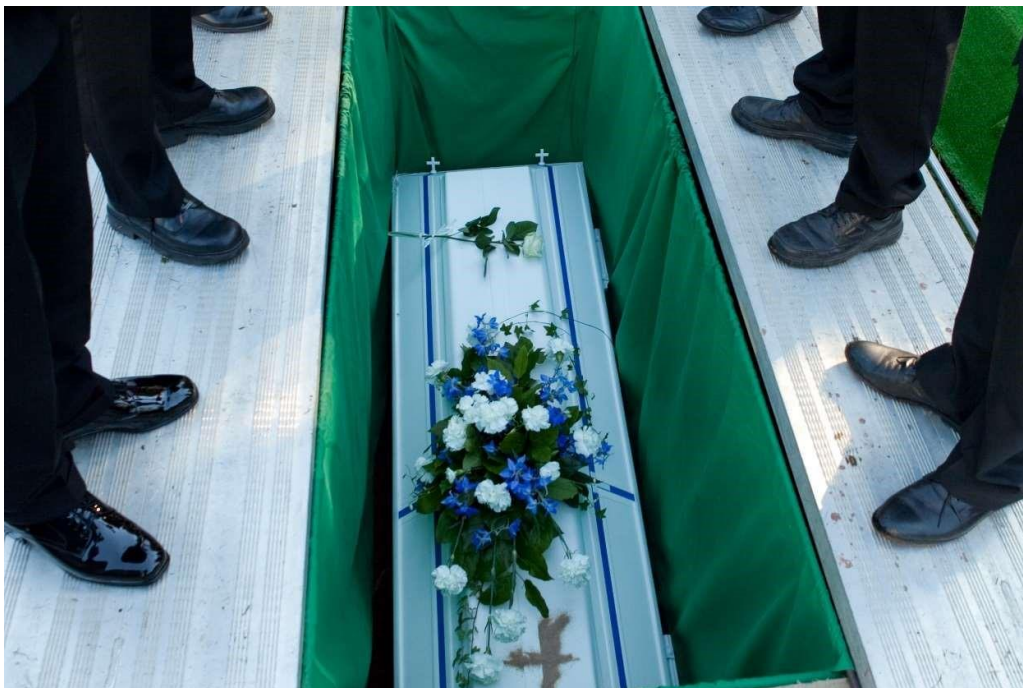
Kivien koot määräävät seurakunnat. Eri hautaustoimistoista selvittäessä hautakivien hintoja ilmeni, että matkalaukkumallinen valmiskivi, joka on 40 senttimetri korkea ja 50 senttimetriä leveä, maksaa noin 500 euroa. Hinta nousee koon ja tarvittavan käsityön mukaan. Hinta voi vaihdella 150-2000 euron välillä. Tuhansista euroista voidaan puhua, jos omaiset haluavat suunnitella kiven itse. Koon lisäksi kivilaji, muoto, tekstityypit sekä matka- ja pystytyskulut vaikuttavat hautakiven hintaan. Uurnahautojen kivet ovat pienempiä ja edullisempia kuin arkkuhautojen kivet.

8.10 Muistotilaisuus

Yleensä siunaustilaisuuden, hautauksen tai muun hautajaistilaisuuden jälkeen seuraa muistotilaisuus, jossa saattoväki kokoontuu yhteen muistelemaan vainajaa. Hautajaisvieraille on tapana järjestää ruoka- tai kahvitarjoilu sekä vainajan muistoa, vakaumusta ja elämää sekä persoonallisuutta kuvaavaa ohjelmaa. Seurakuntien tilat sopivat yleensä hyvin muistotilaisuuksien järjestämiseen. Muistotilaisuuden voi myös järjestää ravintolassa tai vainajan tai omaisen kodissa. Muistotilaisuutta suunniteltaessa on otettava huomioon ainakin seuraavat asiat henkilömäärä, haluttu tarjoilu, koristelu, haluttu ajankohta, paikan saatavuus ja paikan varusteet kuten soittimet, keittiö sekä pöydät. Hautaustoimisto voi auttaa tilaisuuden suunnittelussa, järjestelyissä ja varaus-ten tekemisessä. Jos tilaisuuden hoitaa pitopalvelu, se luonnollisesti huolehtii astioista, keittiöstä ja paikan siivouksesta. (Hautaustoimistojen liiton www - sivut 2019)

Eri pitopalveluista kyseltäessä muistotilaisuuden tarjoilujen hintoja selvisi, että hinnat liikkuvat 15 eurosta ylöspäin henkilöä kohden. Seurakuntien juhlatilat ovat yleensä

ilmaisia, jos vainaja oli seurakunnan jäsen. Jos vainaja ei kuulunut seurakuntaan, voi tilasta joutua maksamaan muutaman sata euroa. Muiden juhlapaikkojen vuokran hinnat liikkuvat selvitettyä parista sadasta eurosta ylöspäin. Erikseen saatetaan hinnoitella muun muassa pöytäliinat ja astiat.



Kuva 6. Vainajan hautaan lasku.

(Jaakko Lampimäki)

9 VARATTOMAN HAUTAJAISET

Hautajaiset maksetaan vainajan omista varoista. Jos kuolinpesä on todettu varattomaksi, eivätkä omaisetkaan halua tai pysty hautajaisia maksamaan, voidaan hautauskuluihin hakea avustusta vainajan viimeisen asuinpaikan sosiaalitoimesta. Sosiaalitoimi kustantaa yleisesti välttämättömät minimi hautauskustannukset. Omaiset eivät ole velvollisia maksamaan varattoman vainajan hautajaisia tai hautauskuluja omilla varoillaan. (Minilex- www-sivut 2019)

Vainajan asuinkunnan sosiaalitoimisto huolehtii varattoman tai vähävaraisen vainajan hautaamiskustannuksista. Toimeentulotukea on haettava viipymättä sosiaalitoimesta. Toimeentulotukena myönnettävä hautausavustus kattaa yleensä vain välttämättömät hautauskustannukset edullisimman vaihtoehdon mukaan. (Minilex- www-sivut 2019)

Välttämättömät hautausmenot voidaan hakemuksesta huomioida toimeentulotuessa toimeentulotukilain 7 c §:n mukaisina erityisistä tarpeista tai olosuhteista johtuvina menoina. Toimeentulotukea voidaan myöntää kuolinpesän varojen ja hyväksyttävien hautauskulujen välinen erotus. Kuolinpesälle kuuluvasta varallisuudesta tuki myönnetään täydentävänä ja takaisinperinnällä. Vaikka kuolinpesä vaikuttaisi päätöksen tekohetkellä varattomalta, on mahdollista, että varallisuutta kuitenkin on. (Sallinen 2014, 20)

10 PERUNKIRJOITUS

10.1 Perunkirjoituksen tarkoitus

Perunkirjoitus on tilaisuus, jossa selvitetään kuolinpesän asiat kuntoon. (Perukirja nettissä www-sivut 2019)

Perunkirjoituksella on kolme tarkoitusta. Se toimii ensisijaisesti osakasluettelona, koska perukirjasta ilmenevät kaikki perilliset ja testamentinsaajat. Toiseksi se on yhteenvedo vainajan varoista ja veloista. Kolmanneksi se on veroilmoitus, jonka perusteella perillisille määrätään omaisuudesta menevä perintövero. Se ei yksinään luo perillisille omistusoikeutta tiettyihin vainajan esineisiin. Omaisuuden jakaminen voidaan toimittaa hyvinkin pitkän ajan kuluttua vainajan kuolemasta ja se edellyttää erillistä perinnönjakoa. Pikaiseen jakamiseen patistaa kuitenkin verottaja. Siitä riippumatta, onko pesä jaettu vai ei, tulevat osakkaille maksuun perintöverot. Perunkirjoitus on tilaisuus, johon on kutsuttava todistettavasti kaikki perilliset eli pesän osakkaat. Heitä ovat useimmiten leski ja lapset. Rintaperilliset ovat myös nimitys, joita lapsista

käytetään. Osakkaita ovat yleensä sisarukset, mikäli vainaja oli naimaton. Aiemmin kuolleen osakkaan sijaan tulevat hänen lapsensa, jos pesän osakas on kuollut ennen perittävää. (Lakineuvon www-sivut 2019)

10.2 Perunkirjoituksen järjestäminen

Kolmen kuukauden kuluessa kuolemasta on järjestettävä perunkirjoitustilaisuus. Perunkirjoitustilaisuudessa tehdyn selvityksen perusteella laaditaan perukirja. Perukirja on asiakirja, jossa luetteloidaan vainajan omaisuus ja velat, eli selvitetään kuolinpesän tila. (Verohallinnon www-sivut 2019)

Kuolinpesän osakas, joka todellisuudessa hoitaa kuolinpesään kuuluvaa omaisuutta, vastaa perunkirjoituksen järjestämisestä. Tämän vuoksi vastuu perunkirjoituksen järjestämisestä lankeaa usein vainajan leskelle tai lapselle. Joissain tapauksissa vainaja on voinut testamentissa määrätä esimerkiksi jonkun kuolinpesän osakkaista järjestämään perunkirjoituksen, jolloin se jää hänen tehtäväkseen. (Perukirja netissä www-sivut 2019)

Kannattaa kuitenkin huomata, että koko prosessin hoitaminen ja perukirjan laatiminen ei ole sama asia kuin perunkirjoituksen järjestäminen. Kuolinpesän osakas voi halutessaan täyttää oman järjestämisvelvollisuutensa esimerkiksi palkkaamalla jonkun toisen henkilön, hautaustoimiston tai asianajajan huolehtimaan perunkirjoituksesta ja perukirjasta. (Perukirja netissä www-sivut 2019)

Kaikilla osakkailla on yhtäläinen velvollisuus järjestää perunkirjoitus, jos vainajan omaisuus on jäänyt useamman kuin yhden pesän osakkaan hoitoon. Tällaisissa tapauksissa kannattaa kuitenkin sopia, että yksi pesän osakas vastaa perunkirjoituksesta ja hänelle maksetaan työstä esimerkiksi euromääräinen palkkio. Voidaan myös ottaa suoraan ulkopuolinen toimija mukaan. (Perukirja netissä www-sivut 2019)

Jos kuolinpesän osakkaat eivät pääse sopuun perunkirjoituksen järjestämisestä tai tehtävien jaosta ja kuolinpesässä on varoja, suositellaan harkitsemaan ulkopuolisen asiantuntijan palkkaamista. Velkaisen kuolinpesän tapauksessa ulkopuolisen palkkaamista kannattaa harkita tarkkaan, koska tilaaja vastaa kustannuksista henkilökohtaisesti. Sopimus tehdään aina kuolinpesän osakkaan kanssa, koska toisin sanoen perunkirjoittajat eivät yleensä hyväksy kuolinpesää tilaajaksi. (Perukirja netissä [www-sivut](http://www.sivut) 2019)

10.3 Perukirjan laatiminen

Perukirjassa tulee ilmetä vainajan perilliset, leski, mahdolliset toissijaiset perilliset, testamentinsaajat sekä kunkin osoite ja henkilötunnus. Siinä tulee olla myös kuolinpesän ilmoittaja ja kaksi uskottua miestä, joiden on allekirjoitettava perukirja. Perintöverotusta koskevia ilmoituksia ja tiedusteluja vastaanottavan pesänhoitajan yhteystiedot tulee olla perukirjassa. Perillisen tai testamentinsaajan sukulaisuussuhde vainajaan tulee olla näkyvissä. Siinä tulee olla myös se, että onko osakas tuloverolaissa tarkoitettu avopuoliso, joka tarkoittaa perinnönjättäjän kanssa avoliitossa elänyt henkilö, joka on aikaisemmin ollut avioliitossa perinnönjättäjän kanssa tai jolla on tai on ollut yhteinen lapsi perinnönjättäjän kanssa. (Verohallinnon [www-sivut](http://www.sivut) 2019)

Perukirjassa tulee olla vainajalla ja leskellä kuolinpäivänä olleet henkilökohtaiset ja yhteiset varat ja velat, mutta kuitenkin valtion takaamaa opintolainaa ei merkitä perukirjaan. Vainajan ja lesken avio-oikeus toistensa omaisuuteen tulee käydä ilmi sekä lesken ilmoitus siitä, luovuttaako hän tasinkona omaisuuttaan ensiksi kuolleen puolison perillisille. Perukirjassa tulee olla ilmoitus siitä, pitääkö leski kuolleen puolison jäämistön jakamattomana hallinnassaan, vai pitääkö hän hallinnassaan vain jonkin osan siitä. Tästä on esimerkkinä puolisoitten yhteinen koti. (Verohallinnon [www-sivut](http://www.sivut) 2019)

Perukirjassa tulee olla testamentti ja mahdolliset lakiosavaatimukset sekä mahdolliset ennakkoperinnöt, joita ovat myös leskeltä saadut, ja sellainen lahja, jonka perillinen tai testamentinsaaja on saanut perinnönjättäjältä kolmen viimeisen vuoden kuluessa

ennen tämän kuolemaa Lahjan saantiajankohta, arvo ja laatu tulee näkyä perukirjassa. Perittävän kuoleman johdosta kuolinpesälle tai edunsaajalle henkilövakuutuksen nojalla maksetut vakuutusosuudet sekä niiden saajat ja määrät tulee näkyä perukirjassa. Perunkirjoituksen toimittamisen perustana olevat asiakirjat tulee myös lisätä perukirjaan. (Verohallinnon www-sivut 2019)

Perukirjasta tarvitaan vain yksi kopio Verohallintoon. Perukirja kannattaa kuitenkin tehdä useampana allekirjoitettuna ja alkuperäisenä kappaleena, koska sitä tarvitaan aina kun halutaan selvittää, ketkä ovat oikeutettuja edustamaan kuolinpesää. Sitä tarvitaan esimerkiksi silloin, kun halutaan rekisteröidä omaisuutta perinnönsaajan nimiin tai asioidaan pankissa kuolinpesän asioissa. (Verohallinnon www-sivut 2019)

Perunkirjoituksen toimittamiselle voi hakea lisäaikaa. Pidennykselle täytyy olla perusteltu syy. Lisäaikaa perunkirjoituksen toimittamiselle täytyy hakea kolmen kuukauden kuluessa kuolemantapauksesta. (Verohallinnon www-sivut 2019)

LÄHTEET

- Aluehallintoviraston www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://www.avi.fi/>
- Elinluovutuskortin www-sivut. 2019. Viitattu 3.4.2019. <https://www.elinluovutus-kortti.fi/>
- Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin toimintaohje potilaan kuoleman jälkeen. 2011. Viitattu 4.4.2019. www.epshp.fi/files/3790/Toimintaohje_potilaan_kuoleman_jalkeen.doc
- Grönlund, E. & Huhtinen, A. 2011. Kuolevan hyvä hoito. Helsinki: Edita Prima.
- Hautaustoimilaki 6.6.2003/457 muutoksineen.
- Hautaustoimistojen liiton www - sivut. 2019. Viitattu 4.4.2019. <https://www.hautajaiset.fi/>
- Helsingin Sanomien www-sivut. 2018. Viitattu 29.10.2018. <https://www.hs.fi/>
- Heltelä, M. 2018. Vaikka minä vaeltaisin pimeässä laaksossa – surukodin kirja. Helsinki: Minerva kustannus Oy.
- Hokkanen, E. 2017. Surun kanssa sinuiksi. Suomi: Amk-kustannus Oy.
- Hänninen, J. 2012. Eutanasia - hyvä kuolema. Porvoo: Bookwell Oy.
- Kelan www- sivut. 2019. Viitattu 4.4.2019. <https://www.kela.fi/>
- Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://kapy.fi/materiaalipankki/kohtaaminen/>
- Laakso, S. 2014. On surun aika – tueksi läheisen kuoleman kohdatessa. Viro: Katharos Oy.
- Laki ihmisen elinten, kudoksien ja solujen lääketieteellisestä käytöstä 277/2013 muutoksineen.
- Lakineuvon www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://lakineuvo.fi/>
- Laki toimeentulotuesta 30.12.1997/1412.
- Lakikuolemansyyntä selvittämisestä 1.6.1973/459 muutoksineen.
- Lääkäriliiton www-sivut. 2019. Viitattu 4.4.2019. <https://www.laakariliitto.fi/> Manninen, M. 2015. Traumaattinen kriisi– ohjeita äkillisen järkyttävän kokemuksen kohdanneille: Opas Helsingin kriisipäivystyksen asiakkaille. AMK-opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. https://theseus.fi/bitstream/handle/10024/99806/manninen_minttu.pdf?sequence=1

Minilex- www-sivut. 2019. Viitattu 3.4.2019. <https://www.minilex.fi/>

Nissinen, L. 2012. Rajansa kaikella. Miten estää myötätuntouupuminen? Helsinki: Edita.

Perukirja netissä www-sivut. 2019. Viitattu 4.4.2019. <https://perukirjanetissa.fi/>

Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ohje kuoleman jälkeisiin toimenpiteisiin 10.11.2016. Viitattu 4.4.2019. <https://www.ppsHP.fi/dokumenttit/ layouts/15/WopiFrame.aspx?sourcedoc=%7B587D2490-7A32-47BC-BBECB80EB927B6BE%7D&file=Kuoleman%20j%C3%A4lkeiset%20toimenpiteet.docx&action=default&DefaultItemOpen=1>

Repo, H. 2017. Lohtu - kirja surevalle. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.

Ruishalme, O. & Saaristo, L. 2007. Elämä satuttaa – kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Tammi.

Sallinen, K. 2014. Varattoman viimeinen matka. AMK-opinnäytetyö. Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 2.11.2018. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/85819/Sallinen_Katri.pdf?sequence=1

Satakunnan Kansan www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://www.satakunnan-kansa.fi/>

Soisalo, R. 2018. Auttajan ammattitauti on myötätuntouupumus. Suomen psykologinen instituutti 5.10.2018. Viitattu 3.4.2019. <https://psyk.fi/auttajan-ammattitauti-on-myotatatuntouupumus/>

Sosiaali- ja terveysministeriön asetus kuoleman toteamisesta 27/2004 muutoksineen

Suomen mielenterveysseuran www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://www.mielenterveysseura.fi/>

Surevan kohtaaminen-hankkeen www-sivut. 2019. Viitattu 9.4.2019. <https://www.surevankohtaaminen.fi/miten-toimia-suunnattoman-surun-edessa/>

Verohallinnon www-sivut. 2019. Viitattu 4.4.2019. <https://www.vero.fi/>