

LÄHEISEN KOHTAAMINEN ÄKILLISEN KUOLEMAN JÄLKEEN

Opas sairaanhoitajille



Isabel Nieminen & Rosa Savolainen
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sairaanhoitaja –diakoninen hoitotyö (AMK)
Opinnäytetyö, toukokuu 2019
Päivitetty 29.4.2019

Sisällys

- Johdanto s. 3
- Kuoleman jälkeiset toimenpiteet s. 4
- Kriisin vaiheet s. 5
- Miten tuen läheistä kriisissä s. 6
 - 1. Kohtaa läheinen s. 7
 - 2. Muista ottaa huomioon s. 8
 - Lasten ja nuorten kanssa s. 9
 - Huomioi eri kulttuuristaustat s. 10
 - 3. Luo turvallisuuden tunne s. 11
- Elinluovutus ja siitä keskusteleminen s. 12
- Läheiselle (irrotettava sivu) s. 13
- Ohjeita sairaanhoitajalle s. 14

Johdanto

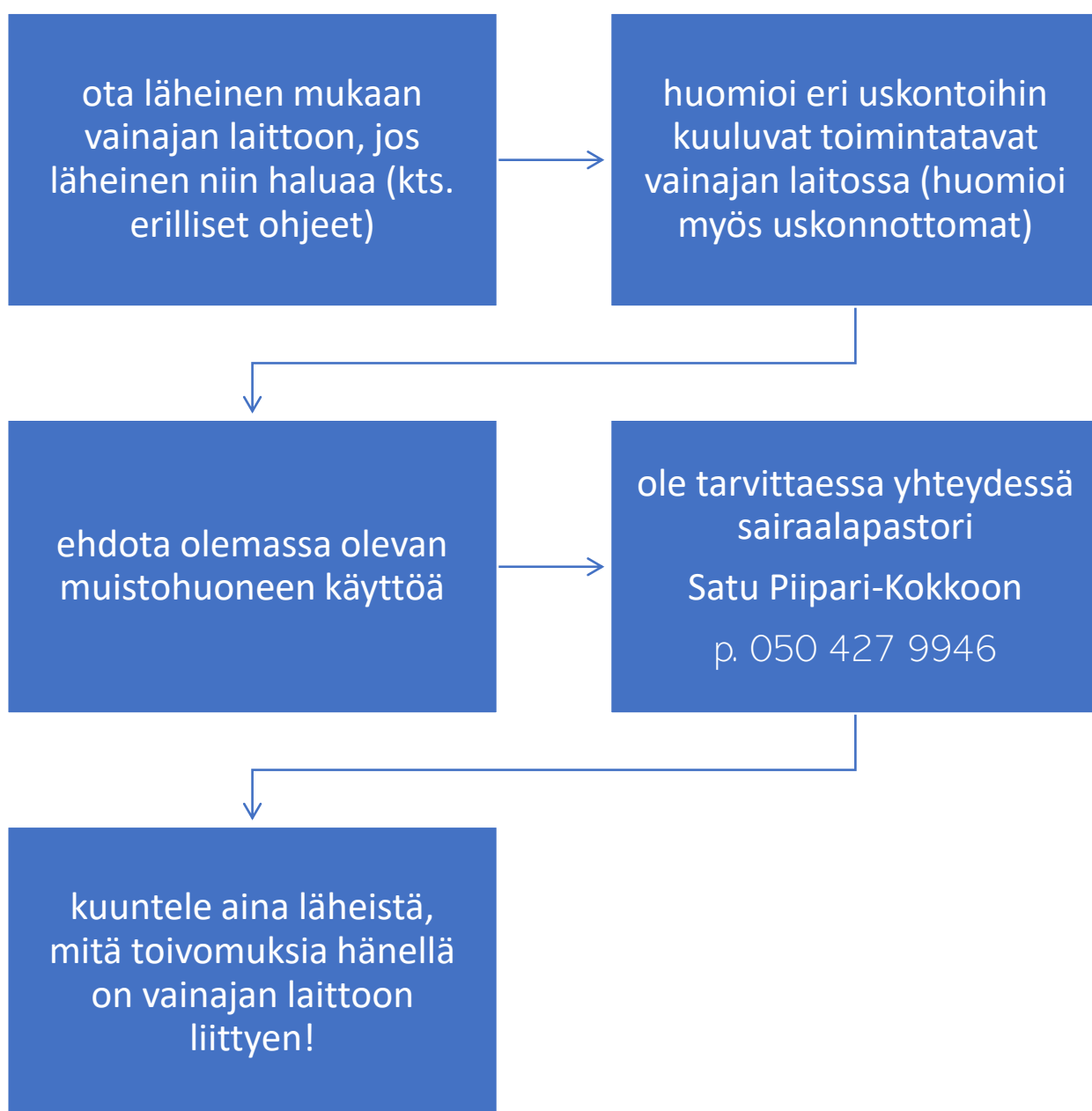
Teimme opinnäytetyönämme oppaan Haartmanin päivystyksen sairaanhoitajille. Selvitimme vuonna 2018 toteutetun kyselyn avulla sairaanhoitajien toiveita siitä, millaista tietoa he äkillisen kuoleman tapahtuessa tarvitsevat.

Opas on tarkoitettu sairaanhoitajille tueksi läheisen kohtaamiseen. Siihen on koottu kyselyn pohjalta tulleita toiveita ja yleistä tietoa läheisen tukemisesta. Kyselyn vastauksissa toivottiin konkreettisia ohjeita itselle ja läheiselle, kuinka toimia kuoleman jälkeen ja yhteystietoja eri tukipalveluihin. Yhteistyötaho toivoi myös kappaletta elinluovutuksesta. Tämän oppaan lopusta löytyy yhteystietoja myös sairaanhoitajalle itselleen.

Tämä opas löytyy paperisena versiona päivystysosastolta ja PowerPoint-tiedostomuodossa tietokoneelta. Olemme antaneet oikeudet tiedoston muokkaamiseen ja päivittämiseen tarpeen mukaan.

Kuoleman jälkeiset toimenpiteet

- Lääkäri toteaa kuoleman ja laatii kuolintodistuksen sekä hautausluvan
- Kuollutta henkilöä pidetään osastolla noin 2 tuntia



Kriisin vaiheet

Traumaattisessa kriisissä on neljä vaihetta. Sokkivaihe on ensimmäinen, joka alkaa välittömästi järkyttävän tapahtuman jälkeen. On hyvä kuitenkin huomioida, että kaikki eivät käy samoja vaihteita läpi.

Kriisin vaihe	Toimintatapa
Sokkivaihe	Psyykkinen ensiapu
Reaktiovaihe	Varhainen puuttuminen: esim. tilanteen purkaminen ja käsittely ryhmissä
Käsittely- ja työstämisvaihe	Kriisi- ja traumaterapiat, vertaistuki

Sokkivaiheessa

- kuolema usein kielletään ja se tuntuu epätodelliselta
- läheisen käyttäytyminen saattaa olla erilaista henkilöstä riippuen. Käyttäytyminen voi olla juuri päinvastaista mitä tilanteessa odottaisi olevan
- läheinen saattaa pysyä tynen rauhallisena ja olla kuin mitään suurempaa ei olisi tapahtunut. Reaktiona saattaa olla myös hyvin voimakas tunnereaktio, jossa läheinen itkee, huutaa ja saattaa esimerkiksi repiä vaatteitaan
- läheinen saattaa kokea kykenemättömyyttä puhua tai kävellä. Sekavien asioiden puhuminen tai tietyn saman asian toistaminen on myös mahdollista
- kuolemasta kerrotut asiat eivät välttämättä jää mieleen
- turvallisuuden tunteen tarve on voimakas!

Miten tuen läheistä kriisissä?

1. Kohtaa läheinen

- yksilönä
- rauhallisesti
- aidosti
- kunnioittavasti.

2. Ota huomioon läheisen

- eri ikäryhmät
- kulttuuritausta
- perustarpeet ja yksilölliset voimavarat
- tukiverkosto
- pienten lasten hoitojärjestelyt
- ymmärrettävä selkokieli (ei ammattisanastoa!)
- hengelliset tarpeet

3. Luo läheiselle turvallisuuden tunne

- kysymällä käytännön asioista ja järjestelyistä
- huolehtimalla (älä ylihuolehdi)
- koskettamalla.

1. Kohtaa läheinen

- yksilöllisesti. Anna oikeus kaikkiin tunteisiin
- rauhallisesti ja kiireettömästi. Istu hetkeksi alas ja kuuntele
- aidosti. Voit osoittaa myötätuntoa tilanteeseen sopivalla tavalla
- kunnioittavasti. Puhuttele läheistä ja vainajaa etunimellä

Muista, että ensikohtaaminen jää läheiselle mieleen!

2. Ota huomioon läheisen kanssa

- selkokieli keskustellessasi diagnoosista tai toimenpiteistä, ei ammattisanastoa
- läheisen kysymykset. Vastaa vain asioihin, joihin tiedät oikeasti vastauksen
- asioiden toistaminen, sillä omainen ei sokin vuoksi muista välttämättä kuulemaansa jälkikäteen
- läheisen tukiverkosto. Ole tarvittaessa yhteydessä heihin suostumuksella
- läheisen voimavarat. Kysy läheiseltä, mistä hän saa turvallisuuden tunnetta
- tarvittaessa soitto läheisen puolesta kriisipäivystykseen
- läheisen hengelliset tarpeet → Ehdota tarvittaessa sairaalapastorin tapaamista. Muistuta, että tapaaminen ei edellytä kirkkoon kuulumista.

➤ Haartmanin sairaalapastori Satu Piipari-Kokko
p. 050 427 9946, satu.piipari-kokko@hus.fi

Lasten kanssa

- huomioi ikä ja siihen soveltuvat sanat
 - varmista, että hänellä on tukena turvallinen aikuinen
 - muista, että sokkivaiheen reaktiot voivat vaihdella lamaantumisesta kieltämiseen ettei mitään olisi tapahtunut
 - tue avoimeen keskusteluun ja tunteiden osoittamiseen (lasten suru jää usein huomiotta)
 - selitä asiat niiden oikeilla nimillä, mitä esimerkiksi kuolema tarkoittaa
 - käy tarvittaessa tilannetta läpi useita kertoja
 - perheen ja suvun tuki on tärkeää.
-

Nuorten kanssa

- huomioi välinpitämättömyyden, syyllisyyden ja häpeän tunteet
- tiedosta, että nuori ei halua välttämättä näyttää haavoittuvuuttaan (pelko siitä, että on epänormaalia)
- huomioi voimakkaat tunnekuohut
- kehoita keskusteluun ystävien kanssa (ikätovereiden tuki on tärkeää).

Huomioi eri kulttuuritaustat

- Vieraita uskontoja ja kulttuureja kohdatessa on tärkeää välttää yleistyksiä
- Perheet ovat saattaneet elää ahdistavissa ja epävakaisissa olosuhteissa aikaisemmin ja se voi aiheuttaa uudessa tilanteessa lisää ahdistusta ja pelkoa
- Perheet saattavat käyttäytyä poikkeuksellisen varautuneesti ulkopuolisia auttajia kohtaan
- On tärkeää kuunnella perhettä, mitä he tarvitsevat ja kertoa heille eri tukimuodoista selkeästi
- Kuolemantapausten jälkeiset yhteydenotot viranomaisiin voivat olla ylivoimaisen vaikeita hoitaa → ehdota henkilöä, joka voi auttaa, esimerkiksi hautausasioissa sosiaalityöntekijä. Uskonnollisissa rituaaleissa sairaanhoitaja tai sairaalapastori
- Vainajan laittoon saattaa liittyä joitakin kulttuurisidonnaisia toiveita, tiedustele perheeltä mitä he mahdollisesti toivovat

3. Luo läheiselle turvallisuudentunne

- koskettamalla olkapäälle tai käteen, jos se sopii hänelle. Puhu rauhallisesti ja totea "Olen tässä sinun tukenasi, et ole yksin"
- sanomalla, "sinun hyvinvointisi on nyt tärkeää"
- asettumalla läheisen tasolle. (istu hänen viereensä seisomisen sijaan)
- Tiedustelemalla saatavasta perheen/ystävien tuesta
- keskustelemalla käytännön järjestelyistä. Läheisen halutessa aloittaa hautausjärjestelyt, kerro, että hautaustoimistoon voi mennä ilman hautauslupaa.
- kehottamalla läheistä miettimään asioita rauhassa. Esimerkiksi hautausasioita ehtii hoitaa myöhemminkin
- huolehtimalla perustarpeista ja käytännön järjestelyistä kotona. "Onko kotonasi jotakin sellaista jokapäiväistä tuttua ja turvallista, mitä voisit tehdä?" (Esimerkiksi tiskaaminen, musiikin kuuntelu tai kirjan lukeminen saattaa rauhoittaa.)

Elinluovutus ja siitä keskusteleminen

Lain (L 101/2001) mukaan kuolleelta henkilöltä saa irrottaa elimiä, ellei hän ole elinaikanaan sitä kieltänyt. Vainajan ollessa alaikäinen, elimiä ei kuitenkaan irroteta ilman huoltajan suostumusta. Samalla tavalla menetellään täysi-ikäisen henkilön kohdalla, joka ei voi mielenterveydellisen tai muun syyn takia muodostaa käsitystä elimistään.

Monielinluovuttajaksi määritellään henkilö, joka on aivokuollut. Aivokuoleman yhteys elinluovutukseen ei ole usein läheisillä tiedossa. Vainajan sopivuus elinluovuttajaksi arvioidaan aina elinsiirtoyksikössä.

Kun otat puheeksi elinluovutuksen läheisen kanssa, muista

- ohjata heidät rauhalliseen huoneeseen
- vainajaa kunnioittava lähestymistapa
- välttää lääketieteellisiä termejä. Puhu selkokielellä
- käydä läpi kuolemaan johtanut tilanne lääkärin kanssa
- pitää keskustelun sävy positiivisena, jotta läheiselle muodostuu myönteinen kuva elinluovutuksesta
- kertoa, minne vainaja siirretään ja minne hänet siirretään elinluovutuksen jälkeen
- kertoa potilaan ollessa aivokuollut, hengityskonetta käytettävän elinluovutuksen mahdollistamiseksi
- huomioida läheisen tarve vielä hyvästellä vainaja ennen elinluovutusta.

4. Läheiselle



- Valtakunnallinen kriisipuhelin p. 01019 5202
ma-pe klo 9-06, la klo 15-06 ja su klo 15-22
 - Suomen mielenterveysseuran Kriisipuhelin
p. 010 195 202
→ arabiaksi ja englanniksi p. 040 195 8202
(arkisin klo 9.00–07.00, viikonloppuisin ja juhlapäyhinä klo 15.00–07.00)
 - Haartmanin sairaalapastori Satu Piipari-Kokko p. 050 427 9946
satu.piipari-kokko@hus.fi
-

Kun olet valmis, voit ottaa yhteyttä erilaisiin vertaistukiryhmiin

- Suomen Mielenterveysseura, vertaistukiryhmiä läheisen kuolemasta selviytymiseen – osallistu viikoittain kokoontuviin ryhmiin soittamalla numeroon 040 173 2040
- Omaiset mielenterveystyön tukena Ry – antaa maksutonta tukea ja neuvontaa
ma-to klo 10–15 numerossa 09 686 0260
- Surunauha, Itsemurhan tehneiden läheiset Ry – laita tekstiviesti ”Tukipuhelu” numeroon 045 130 8603, niin vertaistukija soittaa sinulle
- Nuorten kriisipiste 12–29 -vuotiaille nuorille ja heidän perheilleen –
kriisipäivystys ti-to klo 9-11 Albertinkatu 33
- Seurakuntien sururyhmät (katso oman lähiseurakunnan nettisivut)

Ohjeita sairaanhoitajalle

Koet työssäsi myös traumaattisia kokemuksia, jotka aiheuttavat sinulle stressiä. Niitä olisi hyvä läpikäydä ja purkaa esimerkiksi purkukokouksessa.

Purkukokous eli defusing, on Haartmanin sairaalan normaali käytäntö. Kokouksissa pyritään ymmärtämään ja hyväksymään omia reaktioita ja saadaan toisilta tukea. Ei ole väärin tuntea tarvitsevänsä apua.

Miten purkaa traumaattisia kokemuksia ja mihin ottaa yhteyttä?

- Haartmanin Defusing-ryhmän yhteystiedot löytyvät osastolta ja kuka tahansa voi ottaa yhteyttä
- Tarvittaessa työterveyshuolto (psyhykinen ensiapu ja kriisi-interventiot)