

VIERELLÄ ELÄMÄN VIIMEISILLÄ HETKILLÄ



Lähde Marita Lukkari



OMAISEN OPAS

Tämä opas on kirjoitettu Sinulle, joka elät arkea saattohoidossa olevan läheisesi rinnalla.

Sinulla on merkittävä rooli läheisesi tukijana. Tunnet hänet jo ajalta ennen saattohoitovaihetta ja ajalta ennen sairautta. Yhteisen historian vuoksi olet arvokas apu ja tuki sairastuneelle ja häntä hoitavalle henkilökunnalle. Tämän oppaan tarkoitus on auttaa ymmärtämään, mitä saattohoidossa tapahtuu ja kuinka sopeutua elämän rajallisuuteen ja luopumiseen. Onnistunut saattohoito vie potilaan perille viimeiseen lepoon rauhallisesti ja turvallisesti.

Kuoleman puheeksi ottamisen vaikeus, tunteiden näyttäminen, vierellä oleminen ja kyyneleet kuuluvat asiaan. Kuolemasta puhuminen on kaikkia voimaannuttava kokemus. Yhteisen elämän muisteleminen, hyvästien jättäminen ja sovintojen tekeminen ovat tärkeitä. Eletty elämä ja kuolema ovat merkityksellisiä. Kuoleva tarvitsee tukea kulkiessaan elämän loppua kohti. Osapuolet ymmärtävät jäähyväisten ajan olevan lähellä. Kuolema on luonnollinen osa elämän kulkua.

Saattohoitopäätös

Elämän loppuvaiheessa tehdään usein potilaan asemaan ja oikeuksiin liittyviä tärkeitä hoitopäätöksiä esimerkiksi palliatiivinen eli oireenmukainen hoitolinjaus, DNR-päätös eli elvyttämättäjättämispäätös ja saattohoitopäätös.

Saattohoitopäätös tehdään, kun kuolemaan johtavaan sairauden etenemiseen ei voida enää vaikuttaa. Saattohoitovaiheeseen siirtymisestä on päättänyt potilaan hoitava lääkäri yhdessä potilaan ja/tai hänen läheistensä kanssa. Saattohoito on osa palliatiivista hoitoa, joka ajoittuu potilaan viimeisille elinviikoille tai päiville. Saattohoitovaiheessa sairastuneen toimintakyky heikkenee ja oireet lisääntyvät. Saattohoidon tavoite on taata potilaalle mahdollisimman turvallinen, kivuton ja oireeton loppuelämä.

DNR-päätös eli elvyttämättäjättämispäätös

DNR-päätöksen voi tehdä potilas itse tai päätöksen voi tehdä myös hoitava lääkäri lääketieteellisin perustein.

Hoitotahto

Potilas on halutessaan voinut tehdä myös hoitotahdon, jossa hän ilmaisee toiveitaan hoidon tai siitä kieltäytymisen suhteen. Hoitohenkilökuntamme haluaa kunnioittaa potilaan toiveita hoidosta ja arvokkaasta kuolemasta.

Hoitotahto astuu voimaan, kun ihminen ei itse enää kykene ottamaan kantaa omaan hoitoonsa.

Ilmoitathan, jos läheisesi on laadittu hoitotahto.

Saattohoitopäätös mahdollistaa keskittymisen olennaiseen eli läheisesi oireiden helpottamiseen ja kuolemaan valmistautumiseen.

DNR – päätös elvyttämättä jättämisestä
DNT – ei elämää pitkittäviä hoitoja
SLK – sallittu luonnollinen kuolema

SAATTOHOIDOSSA KUNNIOITETAAN IHMISARVOA JA LÄHEISTEN MERKITYSTÄ

Kipu ja fyysiset oireet

Hoitohenkilökuntamme työskentelee ympäri vuorokauden. Perushoidon lisäksi he arvioivat säännöllisesti potilaan oireita ja kipuja sekä sitä, miten niitä voidaan parhaiten lievittää. Kipu voi ilmetä muun muassa ääntelyinä, ilmeinä ja lihasnykimisinä.

Läheisen läsnäolo tuo kuolevalle ihmiselle turvaa ja merkityksellisyyden tunnetta. Voit koskettaa, voit kuunnella ja jutella omaisesi, vaikkei hän välttämättä kykene enää vastaamaan.

Kivun lisäksi voitte myös huomata muita fyysisiä oireita. Näitä ovat mm. sekavuus johtuen usein vahvoista kipulääkkeistä ja levottomuus, joka voi ilmetä mm. heittelehtimisenä vuoteella. Myös hengitysoireet (limaisuus, hengenahdistus) ovat hyvin yleisiä. Hengenahdistusta voidaan helpottaa asentohoidolla (puoli-istuva, tyynyin tuettu asento).

Kuoleman lähestyessä myös ihmisen ruokahalu heikkenee ja nieleminen vaikeutuu. Nesteitä ja ruokaa tarjotaan potilaalle niin kauan, kun se on turvallista. Ruokaa ei kuitenkaan yritetä väkisin syöttää. Janon tunnetta ja suun kuivumista voidaan helpottaa suun kostuttamisella esimerkiksi pienellä nestemäärällä.

Hengellinen tuki

Hengellisten ja henkisten tarpeiden huomiointi on osa saattohoitoa. Toisia lohduttaa musiikki, toisille riittää hiljentyminen.

Asiakkaalla on mahdollisuus saada myös sielunhoitoa eli uskonnollista tukea. Haluamme kunnioittaa läheisesi vakaumusta. Kerrothan meille, jos haluatte paikalle kirkon työntekijän juttelemaan, esimerkiksi papin.

Emmintuvalla pappina toimivat lin seurakunnan kappalaiset Matti Kinnunen ja Pekka Soronen sekä kirkkoherra Tapani Ruotsalainen. Lisäksi voitte tehdä seurakunnalle esirukouspyynnön niiden ihmisten tai asioiden puolesta, joista kannatte huolta.

Saattohoidossa olevan läheisesi oireita arvioidaan tarkkailemalla ja havainnoimalla. Tehostetuista hoito- toimenpiteistä luovutaan, jotta ne eivät tuottaisi enempää kipua, kärsimystä ja epämukavaa oloa.

Saattohoidon periaatteet

Oireiden lievitys
Turvallinen hoito
Psykologinen tuki



Inhimillinen hoito
Yksilöllisyyden kunnioittaminen
Potilaan itsemääräämisoikeus
Läheisten huomioonottaminen
Ihmisarvon kunnioittaminen
Elämänlaadun ja aktiivisuuden
maksimointi



Saattohoidossa on tärkeää ylläpitää mahdollisimman hyvää elämänlaatua loppuun asti. Saattohoidettavan tulee tuntea olonsa turvalliseksi, säilyttää omat elämäntavat ja osallistua omaan hoitoonsa koskeviin päätöksiin.

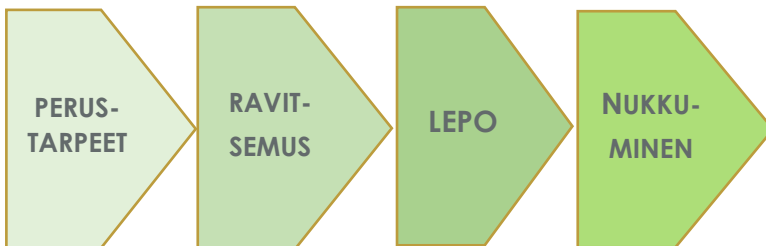
Läheisten oma hyvinvointi

Läheisesi saattohoito koskettaa myös sinua, joten muistathan huolehtia myös itsestäsi. Läsnaöloosi rakkaan läheisen luona on tärkeää. Halutessasi voit yöpyä Emmintuvalla, mutta levon ja oman jaksamisesi kannalta suosittelemme nukkumista kotona.

Surussa myös omien perustarpeiden huolehtiminen, kuten syöminen on tärkeää. Voitte vierailla ja olla läheisenne luona aina kun haluatte.

Kunnioitamme potilaan turvallisuudentunnetta ja yksityisyyttä, joten pyrimme järjestämään saattohoidettavalle oman huoneen. Rauhoitetaan potilashuone jättämällä ikävät asiat kuten riitely muuhun tilanteeseen.

Omista perustarpeista huolehtiminen:



Kommunikointi hoitohenkilökunnan kanssa

Kuoleman hetkeä ei voida ennustaa etukäteen. Hoitohenkilökunta havainnoidessaan voi tunnistaa kuolemaa lähestyviä merkkejä ja ennakoida siten kuoleman lähestymistä. Vainajan lähiomaisille ilmoitetaan kuolemasta mahdollisimman pian. On hyvä sopia etukäteen, miten omainen haluaa tiedon kuolemasta ja mihin vuorokaudenaikaan se heille ilmoitetaan, jos omainen kuolee esimerkiksi yöllä.

Vainaja puetaan vainajalle tarkoitettuun asuun tai toiveen mukaan vainajan omiin vaatteisiin. Hoitohenkilökunnalle on hyvä kertoa myös siitä, haluavatko omaiset itse laittaa ja pukea vainajan.

Meillä kaikilla on oikeus hyvään saattohoitoon. Arvokas ja turvallinen elämä loppuun saakka.

Omaisilla on oikeus osallistua kuolevan läheisensä hoitoon, huolenpitoon sekä hyvästellä ja saatella läheisensä kuolemaan.

Keskustele hoitavan henkilökunnan kanssa mieltä painavista asioista, mahdollisista huolista ja peloista.

Kommunikointi hoitohenkilökunnan ja läheisten välillä on tärkeää.

Omaisille annetaan tietoa aktiivisesti ja ymmärrettävällä tavalla saattohoidettavan tilanteesta.

VAINAJAN JÄÄHYVÄISET JA HAUTAJAISJÄRJESTELYT

Vainajan jäähyväiset

Vainajan hyvästeleminen kuuluu surutyöhön. Yleensä kuolema on rauhallinen tapahtuma, johon ei liity mitään pelottavaa. Omaisena voitte tulla hyvästelemään vainajan potilashuoneeseen, jossa häntä pidetään kaksi tuntia ennen kylmiöön siirtämistä. Hyvästien jättö hoitopaikan tai kirkon kylmiössä on myös mahdollista.

Saattohoitopotilaille ei tehdä yleensä ruumiinavausta. Lääkäri kuitenkin tekee aina päätöksen sen tarpeellisuudesta. Hoitava lääkäri kirjoittaa kuolintodistuksen ja hoitava yksikkö huolehtii kuolintodistuksen viranomaisille. Kuolintodistukseen liittyy myös haudauslupa, joka toimitetaan hautaustoimistolle omaisten toimesta.

Hautajaisjärjestelyt

Läheisen ihmisen kuoleman aiheuttama kaipaus ja suru on raskasta. Käytännön asioiden hoitaminen voi tuntua vaikealta. Omaiset sopivat itse vainajan noudon yhdessä hautaustoimiston kanssa. Hautaustoimistot ja seurakunta tukevat ja auttavat omaisia hautausjärjestelyissä. Heiltä saa muistilistan järjestettävistä asioista kuten haudausluvasta, kuolintodistuksesta, hautapaikan hankkimisesta, suruliputuksesta, haudausvaihtoehdoista ja siitä kenelle, ilmoitetaan kuolemasta.

Hautaustoimistot auttavat myös hautajaisten jälkeen toimitettavissa asioissa muun muassa perunkirjoituksessa ja testamentissa. Vainajan toivetta kunnioittaen voitte itse valita haluamanne haudauspalveluiden järjestäjän, mutta vieressä lähimpien toimijoiden yhteystiedot.



Lähde Annu Kurttila

lin alueen palvelevat hautaustoimistot

lin Hautaustoimisto ja Kukkakauppa

Haminantie 1

91100 II

Puh: (08) 817 6100 (24 h)

Mettovaaran Kukka ja Haudauspalvelu

Puutarhantie 29

91210 JAKKUKYLÄ

Puh: 0400-387 047

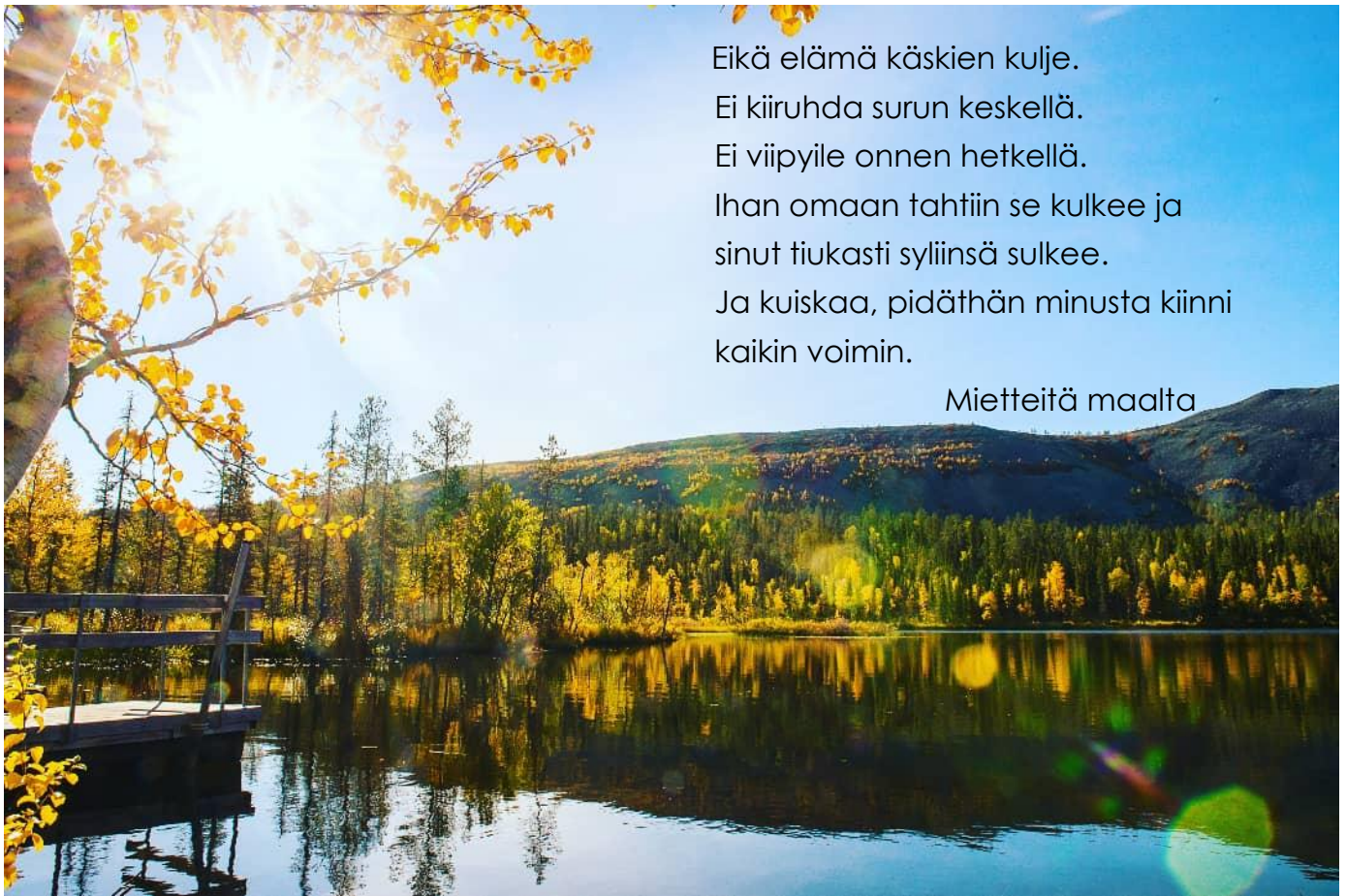
lin Seurakunta

kirkkoherranvirasto

Puistotie 3

91100 II

Puh. 040-848 0078



Eikä elämä käskien kulje.
Ei kiiruhda surun keskellä.
Ei viipyile onnen hetkellä.
Ihan omaan tahtiin se kulkee ja
sinut tiukasti syliinsä sulkee.
Ja kuiskaa, pidäthän minusta kiinni
kaikin voimin.

Mietteitä maalta

Kuva Teemu Kvist

Teoriapohjalta oppaan ovat laatineet Heini Sifis ja Marita Lukkari 2022

