

# De sidste levedøgn

Til pårørende

**Denne pjece er tænkt som en mulig støtte til pårørende i en vanskelig tid.**



## **Kære pårørende**

Pjecen søger at besvare nogle af de spørgsmål, I som pårørende kan stå med, når der er taget en beslutning om at ophøre med aktiv behandling.

At ophøre med aktiv behandling betyder, at Jeres nære ikke længere vil modtage helbredende, livsforlængende medicin. Tiltag herfra vil udelukkende være af lindrende karakter.

Beslutningen tages, når lægen vurderer, at det vil være udsigtsløst at fortsætte den aktive behandling pga. sygdommens uhelbredelige karakter.

Beslutningen vil altid foregå i samarbejde med Jeres nære - hvis denne er ved bevidsthed - og I som pårørende, men beslutningen er altid lægens opgave og ansvar.

Forløbet efter ophør med aktiv behandling kan variere fra få timer til flere dage.

## **Mad og væske**

I de sidste levedøgn fungerer kroppen langsommere og langsommere, og kroppens vanlige funktioner ophører lige så stille. I vil opleve, at Jeres nære får mindre og mindre energi, og at der ikke længere er kræfter til at tale og klare så meget. Ved livets afslutning forsvinder tilmed behovet for og evnen til at spise og drikke.

I kan derfor opleve, at det lægefagligt bliver besluttet, at Jeres nære ikke længere skal tilbydes væske og føde. Det er naturligt, at I som pårørende kan føle bekymring herved, men det er vigtigt at vide, at Jeres nære i den sidste tid ikke oplever sult og tørst.

Tilførsel af væske kan derimod medføre ubehag og unødige gener, da kroppen ikke længere kan drage nytte heraf.

# De sidste levedøgn

Jeres nære kan dog opleve mundtørhed, som kan være generende. Her kan det være rart at få fugtet læberne og munden med lidt væde. Vand og fugt-gel kan igangsætte spytdannelsen, og på den måde forhindre, at sår og svamp i mundhulen opstår. I kan som pårørende eventuelt hjælpe Jeres nære -tal med personalet herom.

## **Pleje**

Den personlige pleje tager udgangspunkt i Jeres næres behov, og I er som pårørende velkomne til at hjælpe, hvis I har lyst. Tal gerne med personalet omkring Jeres ønsker.

Som pårørende kan I hjælpe med at skabe så hjemlige rammer som muligt. Det kan f.eks. være at medbringe Jeres næres eget tøj, sengetøj, cremer og andet.

Medbring også gerne billeder, musik eller andet, som har betydning for Jeres nære.

## **Sanser**

Som pårørende vil I opleve en gradvis forandring af kontakten med Jeres nære.

I den sidste levetid sover eller blunder de fleste en stor del af tiden.

Følesansen bevares længst i hænder og ansigt, og selvom I ikke har direkte kontakt med Jeres nære, kan I være nærværende f.eks. ved at holde i hånd.

Formentlig er høresansen den sans, der forsvinder sidst. Derfor skal I som udgangspunkt forvente, at Jeres nære kan høre, hvad I siger. I kan f.eks. tale om hverdags ting og i øvrigt sige det, I ønsker, og har behov for.

I kan opleve, at Jeres nære kan virke lidt forvirret og tale usammenhængende. Det kan skyldes den generelle svækkelse af kroppen. Giver dette anledning til bekymring, så henvend Jer til plejepersonalet. I nogle tilfælde kan der være behov for beroligende og afslappende medicin sammen med stille nærvær og rolig omsorg.

## **Smertebehandling/lindrende behandling**

Ser I som pårørende tegn på ubehag eller smerter hos Jeres nære, det kan være rynket pande, klagelyde, svedudbrud eller uro, kontakt da plejepersonalet med henblik på lindring.

Plejepersonalet står altid til Jeres rådighed, og det er vigtigt, at I som pårørende tager kontakt til dem, hvis der er noget, I er usikre på.

I kan altid aftale med personalet, hvor ofte I har brug for, at de kommer på stuen, og I kan altid henvende Jer til dem, eller bruge kaldesystemet, hvis I har brug for det.

## **Besøg**

I de sidste levedøgn vil I som pårørende ofte tilbringe meget tid sammen med Jeres nære.

Afhængig af Jeres næres tilstand kan I være på stuen på skift eller flere samlet. Spørg plejepersonalet hvis I er i tvivl om, hvad der er bedst, eller hvis der er andet I er i tvivl om - f.eks. besøg af mindre børn/børnebørn.

Henvend Jer til personalet angående information vedrørende forplejning/køb af mad og drikke.

# De sidste levedøgn

## De sidste timer inden døden

Det er vanskeligt selv for erfarne læger og sygeplejersker at forudsige, hvornår døden indtræder, men der er i de sidste timer eller døgn oftest nogle tegn på, at døden er nært forestående. Det skyldes at kroppens funktioner langsomt ophører.

I vil opleve, at Jeres nære sover mere og mere. Bevidstheden og sanserne kan være svækkede, således at Jeres nære ikke længere reagerer, når I taler til eller rører ved ham/hende.

I timer til døgn inden døden indtræffer, kan vejrtrækningen hos Jeres nære være lidt rallende på grund af slim, som Jeres nære ikke har kræfter til at hoste op.

Jeres nære er bevidsthedssvækket og han/hun mærker sandsynligvis ikke generne, men det kan være ubehageligt for Jer som pårørende at opleve.

Kontakt altid plejepersonalet hvis I har spørgsmål angående vejrtrækningen.

Vejrtrækningen kan blive overfladisk og uregelmæssig med lange pauser for til sidst at ophøre, ofte med et par enkelte suk.

Huden kan blive bleg. Hænder og fødder kan være kølige og eventuelt blive blå-lilla.

## Når døden er indtrådt

Når døden indtræffer, stopper hjertet med at slå, og Jeres nære holder op med at trække vejret. Huden får en bleg og voksagtig farve og føles kølig.

Er der kun Jer som pårørende på stuen, når døden indtræffer, vil plejepersonalet komme, når I kalder. I kan herefter tale med personalet om Jeres behov for tid alene med Jeres nære. Brug al den tid I som pårørende har behov for.

Ønsker I, at Jeres nære skal iklædes eget tøj vil dette være muligt. I må som pårørende gerne hjælpe, hvis I ønsker det.

Når I har taget afsked med Jeres nære, vil han/hun blive kørt fra afdelingen. Herefter er det den bedemand som I vælger, der varetager det videre forløb.

Det er altid muligt at se afdøde igen, efter at han/hun har forladt afdelingen. Henvend Jer til personalet for at lave en aftale.

I vil få udleveret pjecen "Når en af dine nærmeste dør", som kan være en god hjælp i forhold til det videre praktiske forløb. I pjecen kan I også læse lidt om sorg. Pjecen findes desuden på vores hjemmeside: [www.sydvestjysksygehus.dk](http://www.sydvestjysksygehus.dk) og søges ved at skrive "når en af dine nærmeste dør" i søgefeltet øverst i højre hjørne.

Selvom døden er ventet, kan den opleves overvældende, når den er en realitet. Mange efterladte kan blive overraskede over, hvor voldsomme ens følelser kan være, ligesom situationen kan føles helt uvirkelig.

Nogle efterladte kan opleve en form for lettelse over, at det nu er overstået. Dette kan give skyldfølelse, men følelsen er almindelig og kan opstå efter et langvarigt og hårdt sygdomsforløb.

# De sidste levedøgn

Der kan i tiden efter dødsfaldet være behov for at få sat ord på Jeres tanker og følelser. Brug Jeres venner og familie - tal med dem om, hvordan I har det. I kan også tage kontakt til Jeres egen læge, som tilbyder en hjælpende samtale om det at miste.

I visse tilfælde kan der opstå behov for at tale med en psykolog. En henvisning til psykolog kan fås hos egen læge.

## **Kilder**

Kræftens Bekæmpelse, 2017. Kroppen den sidste tid.