



ÄMNE 2 GE FYSISK KOMFORT

Under livets sista dagar kan människor uppleva förändringar i sina tankar och känslor såväl som fysiska förändringar. Vissa människor upplever inte smärta medan andra kan få nya symtom, eller deras befintliga symtom kan förändras. Detta kan hända på grund av personens tillstånd eller sjukdom, eller på grund av ett annat fysiskt problem eller biverkning av behandlingen. Andra symtom kan uppstå på grund av naturliga förändringar i kroppen i slutet av livet. Att hantera sådana förändringar och hjälpa människor att må så bra som möjligt är en viktig del av deras omsorg.

Det kan handla om att behandla smärta eller att förhindra att personens mun och läppar blir torra och ömma, eller uppmuntra dem att dricka om de vill, så att de inte blir uttorkade. Familj och vänner kan vilja hjälpa till med personens vård, till exempel genom att ge klunkar vatten eller hjälpa till att rengöra personens tänder, och de ska få lära sig hur man gör detta på ett säkert sätt.

Modul 3:

Håll min hand vid slutet

GÖR SÅ HÄR

Obehag under döendeprocessen kan komma från en mängd olika källor. Beroende på orsaken finns det saker du eller en vårdgivare kan göra för att göra den döende mer bekväm. Till exempel kan personen vara obekväm på grund av:

- Smärta
- Andningsproblem
- Illamående
- Ångest
- Uttorkning

Smärta

Alla har inte ont under de sista dagarna av sitt liv, men om någon har det ska de erbjudas hjälp att lindra det snabbt. Ibland kan saker som en full blåsa orsaka smärta, och detta bör lindras så snart som möjligt.

Illamående

Om personen har illamående eller kräks bör läkaren kontrollera möjliga orsaker, såsom mag- eller tarmproblem eller biverkningar av behandlingar och diskutera de olika behandlingsalternativen med dem.

Ångest

Människor känner sig ofta oroliga under de sista dagarna av sitt liv och kan känna sig upprörda eller bli förvirrade. Läkaren bör undersöka möjliga orsaker, såsom psykologiska eller fysiska problem och diskutera möjliga behandlingar med personen.

Andningsproblem

Ibland ansamlas saliv eller slem i personens hals eller bröst och kan inte rensas, vilket gör ett ljud under andningen (vilket ibland kallas en "dödsrossling"). Det är osannolikt att detta orsakar något obehag för personen, men det kan vara upprörande, särskilt för de personer som är viktiga för dem.

Uttorkning

Om någon blir uttorkad kan det få dem att känna sig väldigt torra och obekväma, och kan ibland göra dem förvirrade, vilket kan vara mycket upprörande. Det är viktigt att undvika detta och hålla människor bekväma, så tecken på uttorkning bör kontrolleras varje dag och hjälp bör ges hjälp att hålla munnen och läpparna fuktiga.



Co-funded by
the European Union



...at the end of life



Canva Pro

REFLEKTIONER

När du ger fysisk tröst till någon som befinner sig i slutet av livet, är det avgörande att ha flera saker i åtanke för att säkerställa deras komfort och välbefinnande:

- Prioritera alltid personens preferenser och komfort. Respektera deras önskemål om fysisk beröring, positionering och andra former av komfort.
- Erbjud en mild och lugnande fysisk beröring, som att hålla deras hand, stryka över håret eller ge en mild massage om de så önskar.
- Hjälp personen att bibehålla en bekväm position i sängen eller sin föredragna plats. Använd kuddar för att stödja kroppen och minska trycket på känsliga områden.
- Arbeta med vårdpersonal för att säkerställa att personens smärta hanteras effektivt.
- Skapa en lugnande miljö genom att justera rumstemperatur, belysning och ljudnivåer enligt personens önskningar. Spela lugnande musik eller erbjud andra sensoriska bekvämligheter om så önskas.
- Hjälp till med personliga vårdaktiviteter, som att bada, putsa och byta kläder, givetvis med lyhördhet och respekt för personens värdighet.
- Ge små klunkar vatten eller isbitar om personen kan svälja säkert.
- Om personen har svårt att andas, hjälp honom eller henne att hitta en bekväm position och ge trygghet.

LÄRARHANDLEDNING

Kom ihåg att varje persons upplevelse i slutet av livet är unik, så det är viktigt att skräddarsy ditt förhållningssätt till deras individuella behov och preferenser. Kommunikation med personen och deras vårdteam är nyckeln till att ge effektiv fysisk komfort under denna tid.

Erbjud vårdgivare tillgång till resurser, såsom skrivna guider, videor och onlineartiklar enligt det här ämnet, som ger ytterligare information om tekniker och strategier för fysisk komfort. Se till att vårdgivare vet var de kan hitta ytterligare stöd och vägledning vid behov.



Co-funded by
the European Union