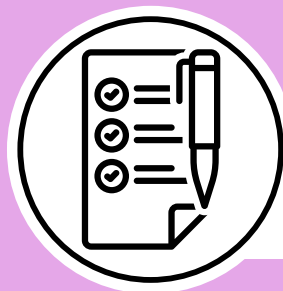




Modul 3:

Håll min hand vid slutet



ÄMNE1 VÅRD I SLUTSKEDET

Många praktiska uppgifter behöver göras när en person närmar sig livets slut – både som avlastning för den döende och för att stödja vårdgivaren. En person som är döende kan vara orolig för vem som ska ta hand om saker när den är borta.

Vardagliga sysslor kan också vara en källa till oro för någon som är döende och kan överväldiga en vårdare. En familjemedlem eller vän kan ge vårdgivaren en välbehövlig paus genom att hjälpa till med små dagliga sysslor runt huset som att hämta posten, skriva ner telefonmeddelanden, tvätta en massa tvätt, mata familjens husdjur eller hämta medicin från apoteket.

Slutligen, kom ihåg att ta hand om dig själv som vårdgivare eller stödperson. Att bevittna livets slut kan vara känslomässigt och fysiskt ansträngande, så se till att söka stöd från kollegor, vänner eller professionella rådgivare vid behov.

GÖR SÅ HÄR

Eftersom du antingen är i slutet av livet eller är vårdgivare kanske du vill göra en lista över saker som är viktiga för dig. Nedan följer en liten lista över saker att tänka på:

- Vilken praktisk palliativ vård behövs?
- Att skriva dödsannonser
- Kontakt med medicinsk personal
- Att visa värdighet och sista önskningar
- Ordna dödsattester
- Ordna var kroppen förvaras.
- Hur man kontaktar myndigheter om döden sker hemma, hur man kontaktar begravningsentreprenörer och när.



Co-funded by
the European Union



...at the end of life



Canva Pro

REFLEKTIONER

Kom ihåg att allas resa i slutet av livet är unik, och det är viktigt att göra det som känns rätt för dina nära och kära och din familj. När du går igenom några av de praktiska sakerna du bör tänka på:

- Praktisk palliativ vård – se till att smärt- och symptomhanteringen är lämplig. Skapa en bekväm och lugnande miljö.
- Personliga preferenser – diskutera och dokumentera din älskades önskemål angående begravningsarrangemang, organdonation och alla specifika religiösa eller kulturella sedvänjor.
- Dödsannonser – planera och skriv dödsannonser. Meddela nära familjevänner om det förestående bortgången.
- Praktiska arrangemang – arrangera en begravning eller minnesgudstjänst och diskutera eventuella specifika preferenser din älskade kan ha.
- Dödsattest – se till att du enkelt kan komma åt och tillhandahålla nödvändiga handlingar för dödsattesten.
- Disponering av kroppen – samordna med begravningsentreprenörer eller begravningsbyråer för att arrangera transport.
- Kontakter och nödprocedurer – förstå lagkraven för att rapportera ett dödsfall till myndigheterna och rutinerna för att få en dödsattest.

LÄRARHANDLEDNING

- Denna aktivitet kan genomföras under en session, eller så kan varje rubrik göras som en fristående.
- Observera att varje situation är unik, så anpassa listan till de specifika omständigheterna och preferenserna. Att ha en välorganiserad plan kan hjälpa till att minska stress under en utmanande och känslomässig tid.
- Det är viktigt att kunna koppla vårdgivare och döende med lokala och nationella resurser, stödgrupper och organisationer som kan ge ytterligare vägledning och hjälp. Det är viktigt att komma ihåg kliniska problem som subjektivt upplevts eller observerats av hälso- och sjukvårdspersonal under de tre sista månaderna av livet och man behöver kunna stödja för att minimera dessa:
- Smärta
- Förlust av vitalitet: trötthet, försämring av tillståndet
- Andningsproblem: andfåddhet, rosslingar, hosta
- Avföring: urininkontinens, illamående eller kräkningar, förstoppning, diarré
- Näringsproblem: ätstörningar, viktninskning, sväljstörningar
- Hudproblem: perifert ödem, försämrad hudintegritet
- Störningar i humör, beteende och rytm: ångest, depression, sömnstörningar.
- Erbjud vägledning om praktiska aspekter av vård i livets slutskede, såsom att hantera dagliga rutiner, ordna med medicinsk utrustning och förnödenheter, och skapa en bekväm och fridfull miljö för den som mår dåligt.



Co-funded by
the European Union