

FOCUS PÅ LIVET



Fjordengen 25 • 6960 Hvide Sande • Tlf. 9659 4900
mail@ankerfjordhospice.dk

www.ankerfjordhospice.dk



DE SIDSTE LEVEDØGN

Information til pårørende



De sidste levedøgn

Pjecen her er tænkt som en information om, hvilke forandringer der ofte sker i et menneskes sidste levedøgn. Pjecen kan ikke stå alene, men er tænkt som et supplement, da vi har erfaret, at pårørende ofte spekulerer over og er usikre på, hvad der sker for deres nære, når døden nærmer sig.

Som pårørende kan det være svært at tale om sin næres forestående død, og nogle føler sårlig samvittighed over at gøre det, men det kan være

hjælpsomt at dele disse tanker med andre, heriblandt os.

For det at tale om døden, fremskynder ikke dens komme.

Mad og drikke

I takt med at den døende bliver mere afkræftet, bliver det anstrengende at spise og drikke. Derfor kan der være behov for at få hjælp til at indtage mad og væske. Det er vigtigt at servere den mad, som man har mest lyst til, og i mængder der kan magtes.

Det handler om at få gode smagsoplevelser efter lyst og måske nyde det sociale samvær, der knytter sig til at spise og drikke.

Kræfterne aftager og det bliver en tiltagende belastning at spise og herunder også at indtage tabletter. Lindrende medicin kan da gives på anden vis.

Senere kommer der et tidspunkt, hvor mad og drikke hverken er ønsket eller nødvendig, da kroppen ikke længere kan drage nytte af det.

Pårørende er ofte bekymrede for, om den syge tørster og har ofte spørgsmål om, hvorvidt væsketilførsel ind i blodåren under huden vil lindre. Det vil sjældent være nødvendigt, da den syges krop ikke kan udnytte væsken.

Tværtimod kan kunstig væsketilførsel påføre gener i form af væskeophobning og åndenød.

Pårørende

Det er svært at tage afsked med en af sine nærmeste eller med et menneske, der har haft betydning. Det kan være svært at vide, hvad man skal sige til hinanden og at udholde stilheden i denne situation.

Musik, højtlesning eller andet der har haft betydning for den syge, kan forsat give mening. Man mener, at hørelsen er den sidste sans der forsvinder, så derfor er det af betydning fortsat at tale til den døende.

Du skal vide, at vi som personale altid er tilstede med støtte og omsorg til dig og din familie.



Det kan være svært at acceptere, at den døende holder op med at spise og drikke. Dette er imidlertid et fysisk tegn på, at den døende ikke vil få det bedre.

Når man ikke længere kan spise og drikke, bliver slimhinderne i munden og læberne ofte tørre. Derfor kan det lindre at få fugtet læberne og indersiden af munden og at få smurt læberne. Dette kan hindre dannelse af sær og svampeinfektion i mundhulen.

Omsorg uden mad og drikke

Som pårørende kan det opleves betydningsfuldt, at ens nære indtager mad og drikke. Det forbindes med at give kræfter, og i den nuværende situation også med en forlænget levetid.

Det er ikke mangel på væske eller næring, der er livstruende, men den igangværende sygdomsproces.

Og det kan være godt at huske på, at omsorg og kærlighed kan vises på andre måder end med mad og drikke.

Smerter

Smerter er komplekse og en del af den samlede lidelse, der knytter sig til at skulle afslutte livet. Angst for det uvisse omkring døden og erkendelsen af tab er også indeholdt i lidelsen.

Både smerter og angst kan for en stor del lindres, men ikke nødvendigvis fuldstændig.

Med alvorlig sygdom følger ofte mange smerter. Det er derfor naturligt at være bekymret for, hvordan smerterne udvikler sig, og om de står til at lindres i den sidste tid.

Der findes mange måder at lindre smerter på, f.eks. berøring og stille musik. Desuden naturligvis også beroligende og smertestillende medicin.

Det kan vække bekymring hos nogen, at smertestillende og beroligende medicin sløver og afkorter kontakten i den tilbageværende tid, men husk, at det primært er sygdommens udvikling og ikke kun medicinen, der påvirker din næres bevidsthed.

Behovet for smertestillende medicin kan variere meget, og der kan være bekymring for, om smerterne forværres uden mulighed for lindring i den sidste tid.

Moderne behandlingsmuligheder kan i langt de fleste tilfælde lindre smerterne. Smertestillende medicin har altid til formål at lindre og ikke fremskynde døden.

Forandringer i vejtrækningen

Mange døende oplever åndenød i løbet af deres sygdomsperiode og er bange for at dø med kvælningssymptomer.

Angst kan forværre åndenød, men såvel angst som åndenød kan lindres, dels med medicin og dels gennem andre tiltag som god lejring, frisk luft og berøring. Mange oplever afkøling af ansigtet med en vifte som lindrende. Derimod giver undersøgelser ikke belæg for at iltbehandling lindrer i den sidste levetid.

I de sidste levetimer vil vejtrækningsmønsteret ofte ændre sig, og der kan forekomme lange pauser mellem vejtrækningerne.

Der kan forekomme en højlydt og rallende vejtrækning, der skyldes spyt eller slim i luftvejene, fordi den døende ikke længere er i stand til at synke eller hoste op. Det kan være hjælpsomt at vide, at bevidsthedssløringen på dette tidspunkt gør, at slimet ikke opleves plagsomt af den døende. Der suges sjældent i luftvejene, da dette blot vil øge mængden af slim.

Bevidsthedsændringer

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

Det er et udtryk for, at den døende er afkræftet og derfor gradvist trækker sig tilbage fra omgivelserne. Det er en naturlig proces og ikke et udtryk for manglende påskønnelse af din omsorg.

Oplevelsen af at være sammen med mennesker man kender kan give tryghed og dermed følelsen af, at ens liv har været betydningsfuldt, og at man vil blive husket.

I de sidste levedøgn kan den døende ind i mellem virke uklar og måske tale i vildelse, for eksempel om hændelser eller personer, der hører fortiden til. Tidsfornemmelsen forsvinder. Også i den situation kan ro og nærvær være den bedste støtte. I nogle tilfælde kan den døende blive urolig, rastløs og forpint, og der kan være brug for beroligende medicin. Til allersidst, - fra til få døgn – overgår de fleste til en blivende bevidstløs tilstand.

Huden

Når døden nærmer sig vil huden ofte blive bleg og kølig, hænder og fødder vil blive kolde.

Negle og læber kan blive blålige, pulsen hurtig og blød.

I den sidste tid bliver urinproduktionen sparsom eller ophører helt.

Ansigtet vil sikkert se blegt og gennemsigtigt ud med indfaldne kinder, øjne og tindinger.

De sidste livstegn er ofte karakteriseret ved, at vejtrækningen bliver hurtig og overfladisk, før der kommer nogle kortvarige suk. Åndedrættet udebliver derefter helt, og der kan ikke mere iagttages livstegn.