

### **Pacienta ģimene**

*Šī dzīve ir kā brauciens pāri jūrai, kur mēs sastopamies uz viena un tā paša šaurā kuģa. Nāvē mēs sasniedzam krastu un aizklīstam savās dažādajās pasaulēs  
Rabindranats Tagore, no "Gājputniem"*

Mēs nevaram palīdzēt nedziedinami slimam pacientam, ja neiesaistām ģimeni. Tai ir milzīga nozīme slimības laikā. Tuvinieku reakcijas var veicināt pacientam vieglāk pārvarēt graužošo slimību. Ģimenes locekļa saslimšana ietekmē visu ģimenes dzīvi.

Viena ģimenes locekļa smagai slimībai nevajadzētu likt visiem staigāt drūmām sejām pa istabām, kuras kļuvušas drūmas un tukšas. Bērniem nevajadzētu aizliegt viņu aktivitātes vai iet pie draugiem, bet vajadzētu arī izskaidrot stāvokļa nopietnību.

Ģimenei vajadzētu paskaidrot, ka tas nav nekas slikts, ja viena ģimenes locekļa smagā stāvokļa dēļ, citi nezaudē ierastās dzīves pamatus. Slimais ģimenes loceklis drīzāk jutīsies apmierināts, ka viņa dēļ citiem nav jācieš. Par to jāizrunājas gan ar neglābjami slimo pacientu, gan ar ģimeni.

Pacienta aiziešana no šīs pasaules ir ilgs un mokošs process, pēc tam seko bēres un sērošanas laiks. Ģimenei tas ir psiholoģiski ļoti smags periods, un vajadzētu pēc iespējas ekonomiskāk izmantot savus emocionālos un psiholoģiskos resursus.

### **Komunikācijas problēmas**

Kad mirstošā pacienta problēmas iet uz beigām, ģimenes problēmas palielinās. Daudzas šīs problēmas var atrisināt izrunājoties, izdiskutējot ģimenes locekļu starpā.

Dažreiz pat ļoti satīcīgās, mīlošās ģimenēs, kad nopietni saslimst kāds ģimenes loceklis, novērojams, ka tuvinieki bieži strīdas, dažreiz, pat pie slimnieka gultas, vai slimnīcas koridorā.

Kāpēc cilvēki, kas tik labi un satīcīgi dzīvojuši līdz šim, pēkšņi kļuvuši tik strīdīgi? Izrādās, ka strīdēties var arī mīlot. Viņi mīl viens otru, viņiem ir grūti redzēt, cik sāpju satriekts ir otrs, un bēdās kā aizsardzību viņi lieto dusmas, lai noliegtu sāpes un izmisumu.

Mēs viņiem varam palīdzēt, ja to saprotam.

Viens veids, kad pacients atklāti dalās savās domās un sajūtās ar ģimenes locekļiem. Ja nedziedināmi slimais ir spējīgs izteikt savas bēdas un sāpes, viņš rāda citiem, ka arī pārējie var tā darīt. Vēlāk ģimene atcerēsies šī cilvēka spēku un varēs pārvarēt savas sāpes ar cieņu.

Vainas apziņa ir vissāpīgākais nāves pavadonis. Kad saslimšana konstatēta kā nedziedināma, ģimenes locekļi bieži vaino sevi: "Ja es ātrāk būtu pasaukusi ārstu", "Man vajadzēja agrāk ievērot viņa saslimšanas pazīmes". Tad, kad notikusi nelaime, liekas, ka tas ir sods, kas piepildījies mūsu domu vai izteikto vārdu dēļ.

### **Kā sadzīvot ar nedziedināmu slimību ģimenē**

Ģimenes locekļi iziet tās pašas stadijas kā nedziedināmi slimais pacients. Kad dusmas, aizvainojums, vainas apziņa ir izbaudīta un izteikta, ģimene ieiet sēru sagatavošanās stadijā, tāpat kā mirstošais pacients.

Autore uzsver, ka mēs varētu sniegt lielu palīdzību ģimenei, izskaidrojot, ka, ja pacients izgājis caur šīm stadijām (ar mūsu kopēju palīdzību), viņš var nomirt mierīgi un ar cieņu.

Bieži veidojas dramatiskas situācijas pie pacienta gultas vai slimnīcas koridoros, ja tuvinieki to nesaprot. Tuvinieki sacenšas, kurš vairāk izrādīs savas jūtas un gādību, bet mirstošais grib tikai vienu: aiziet mierā no šīs sāpju pilnās pasaules. Ja ģimenei to nepaskaidro, cieš gan pacients, gan paši ģimenes locekļi, gan personāls.

Dažreiz pacients ir samierinājies ar nāvi un vēlas aiziet no šīs pasaules, bet apkārtējie to neļauj, lai pildītu savus pienākumus.

Ārsts nozīmē un personāls godprātīgi realizē šos nozīmējumus: infūzijas, transfūzijas, vitamīnus, biostimulatorus, antidepresantus, psihoterapiju un somātisko ārstēšanu. Autore daudz pētījusi šo jautājumu no mediķu un pacientu puses un uzsver: "Pacientam ir tiesības nomirt mierā un ar cieņu. Viņam nav jāpiepilda mūsu vajadzības, ja viņa paša vēlmes ir pretstatā tām". Pacientu vajag uzklaut un respektēt viņa vēlmes. Ja mūsu, profesionāļu, domas nesakrīt ar pacienta vēlmēm, par to ir atklāti jāizrunājas. Jāsaskaņo ārsta un pacienta domas arī par tālāko ārstēšanu.

### **Ģimene pēc nāves iestāšanās**

Autore uzskata ir nepiemēroti un nepieņemami runāt par mīlestību uz Dievu, kad pacients ir nomiris. Tuvinieki jūtas saniknoti, dusmīgi, izmisuši, kad ir zaudējuši kādu tuvu cilvēku, sevišķi, ja ir bijis īss laiks, lai tam sagatavotos. Cilvēkiem jāizsaka šīs sajūtas.

Šajā laikā ģimene ir pateicīga, ja ir kāds, ar ko izrunāties. Tas ļauj radniekiem pārvarēt šoku un sākuma sēras un sagatavo viņus nobeiguma akceptēšanai – samierināties ar notikušo.

Vēl autore īpaši pievēršas bērniem. Viņus bieži vien aizmirst. Nav daudz tādu, kas domātu par bērnu sajūtām, patiesība ir pārāk skarba.

Bērns var reaģēt dažādi uz vecāku nāvi: dažreiz tā ir klusa norobežošanās un noliegšana, dažreiz mežonīga raudāšana. Tas pievērš pieaugušo uzmanību, un tuvinieki it kā aizvieto zaudēto mīlēto un vajadzīgo personu. Bērniem var parādīties liela vainas apziņa un sirdsapziņas pārmetumi. Viņi var justies vainīgi vecāku nāvē un tas rada bailes no atmaksas. Zinot šo sajūtu iespējamību, pieaugušie var bērnam palīdzēt aprunāties.

### **Secinājumi par sērām un dusmām**

Ļaujiet tuviniekiem izrunāties, izraudāties, izkliedēties, ja tas nepieciešams. Ļaujiet viņiem dalīties izjūtās, izteikt visu, kas uz sirds, esiet pieejami. Ģimenes locekļiem vajadzīga palīdzība un atbalsts pēc tā saucamās sliktās diagnozes apstiprināšanas un, vismaz, mēnesi pēc pacienta nāves. Cilvēkiem atbalsts nepieciešams vairāk kā viņi to parasti var saņemt. Bēdu nomāktajiem tuviniekiem vajag cilvēciņu atbalstu: no ārstiem, māsām, draugiem, mācītāja.

Sociālais darbinieks var būt ļoti nozīmīga persona, ja viņš var sagādāt vajadzīgos dokumentus, pabalstus, vietu aprūpes namā vai pabūt pie pacienta, ja tuviniekiem tas nepieciešams.

Vislielākā palīdzība, kādu mēs varam sniegt radniekiem, bērniem vai pieaugušajiem ir: dalīties viņu jūtās pirms tuvinieka nāves un ļaut mirstošajam iziet caur šīm sajūtām, vienalga vai tās ir racionālas vai neracionālas.

Ja mēs paciešam viņa dusmas, kas varbūt vērstas pret mums, mirstošo cilvēku vai Dievu, mēs palīdzam viņam izdarīt lielu soli pretī akceptēšanai bez vainas apziņas.

### **Klusums, kas iestājas pēc vārdiem.**

Pienāk laiks pacienta dzīvē, kad sāpes rimušas. Prāts iegrimis pusnomoda stāvoklī. Nepieciešamība ēst ir minimāla un informācija no ārpasauls it kā izgaist tumsā. Tas ir laiks, kad tuvinieki staigā pa slimnīcas koridoriem un hallēm, sarunājas pusbalsī. Viņi ir neziņā – gaidīt vai iet prom.

Tas ir laiks, kad par vēlu vārdiem, bet vēl nav īstais laiks raudāt.

Tas ir laiks, kad ir par vēlu veikt medicīniskās iejaukšanās (tas ir pat nepieklājīgi, kā tas ir labi zināms), bet tas ir par agru, lai notiktu pēdējā atvadīšanās.

Tas ir grūtākais laiks pēcnācējiem un citiem radniekiem, jo daudzas viņu cerības zūd.

Mirstošais vārgi piezvana, lai pieaicinātu kādu, jo ir gatavs atstāt šo pasauli.

Personāls var sniegt palīdzību, izprotot iespējamus ģimenes konfliktus, strīdus, lai izvēlētos to personu, kas paliks pie mirstošā pēdējā brīdī. Pārējie dosies mājās, zinot, ka mirstošais nav bijis viens pēdējā brīdī. Tam, kuram pietiek spēka un mīlestības palikt pie mirstošā, ``klusumā, kas nāk pēc vārdiem``, jāzin, ka šis brīdis ir vairāk biedējošs, nekā sāpīgs. Tā ir ķermeņa funkcionēšanas izbeigšanās.

Šo mierīgo aiziešanu var salīdzināt ar krītošu zvaigzni. Viens no miljoniem gaišo spīdekļu nokrīt un pazūd nakts tumsā. Šis brīdis parāda, ka dzīve nav bezgalīga.

*Ūdens traukā ir dzidrs; ūdens jūrā ir tumšs.*

*Mazai patiesībai ir skaidri vārdi; lielai patiesībai liela klusēšana.*

*Rabindranats Tagore, no "Gājputni"*

## **Bornholmas medicīnas koledžas pedagogu K.Torp-Jensen B. Nielsen lekciju materiāli par mirstošo pacientu aprūpi**

### MĀSAS UN PIEDERĪGO IZJŪTAS UN REAKCIJAS

1. Konfrontācija ar paša pieredzi par paša iespējamo nāvi;
2. Vainas sajūta;
3. Lomu konflikts;
4. Bailes no paša reakcijas;
5. Bailes pateikt kaut ko nepareizi;
6. Bailes no uzbāšanās;
7. Kauns par paša jūtām;
8. Nepietiekamības sajūta;
9. Respektēt rituālus;
10. Sajūtu analīze;
11. Atbalsta nepieciešamība.

### BĒRNU IZJŪTAS UN REAKCIJAS TUVU CILVĒKU ZAUDĒJUMA GADĪJUMĀ

1. Noliegšana - nevēlēšanās pārdzīvojumu uzņemt sevī;
2. Atbildība par notikušo;
3. Ilgošanās pēc zudušā;
4. Psiholoģiskā pārorientācija.

### BĒRNU REAKCIJAS UZ TUVU CILVĒKU ZAUDĒJUMU DAŽĀDOS VECUMA PERIODOS

- 0 - 1gads    nemiers, raudulīgs, apetītes traucējumi
- 1 - 3 gadi    vainas apziņa
- 3 - 6 gadi    Edīpa komplekss, idealizācija
- 6 - 11 gadi    dusmas, noliegums, idealizēšana, identifikācija (konstruktīva  
destruktīva)
- pusaudži    protests, dusmas, hiperemocionalitāte, regresija

PADOMI VECĀKIEM

Atklāta un godīga komunikācija

- vecumam atbilstoši izskaidrojumi
- ko darīsim
- atļaut jautājumus un sarunu

Padarīt zaudējumu patiesu

- skatīties fotogrāfijas
- runāt par zudušo kā par reālu būtni
- piedalīties bērēs, kopā apmeklēt kapsētu
- parādīt savas jūtas

Stimulēt sajūtu veidošanu

- akceptēt bērna spēles un fantāzijas
- izvairīties no nevajadzīgas atšķirtības
- runāt ar bērnu par iespējamām bailēm no nāves
- runāt par iespējamo vainas sajūtu

Nedziedināmi slimo pacientu un piederīgo psiholoģiskās reakcijas, aprūpe un saskarsme  
Izdales materiāli