

POMOC RODZINIE DOŚWIADCZAJĄCEJ ODCHODZENIA BLISKIEJ OSOBY

Otoczenie troską rodzinnych opiekunów zmęczonych ciągłą i długoterminową opieką nad osobą zależną u kresu jej życia poprzez:

- umożliwienie swobodnego wyrażenia przeżywanego smutku, redukcja poziomu doświadczanego lęku, żalu i bezradności w zaistniałej sytuacji,

- umożliwienie empatycznej komunikacji z chorym i innymi członkami rodziny, na temat sytuacji w jakiej się znajdują, potrzeb i oczekiwań oraz wcześniej wyrażonych życzeń związanych ze zbliżającą się śmiercią bliskiego,

- umożliwienie pożegnania się z chorym oraz „przyjęcia” informacji o odchodzeniu przez wszystkich członków rodziny – w tym również dzieci i młodzieży.

Kolejne kroki w sytuacji zgonu w warunkach domowych: stwierdzenie zgonu przez lekarza, odpowiednie, z szacunkiem traktowanie zwłok zmarłego podczas toalety i przebierania (można zlecić te czynności firmie pogrzebowej lub wykonać samemu).
Pomoc w rozważeniu działań podejmowanych po zgonie z uszanowaniem woli zmarłego, co do preferowanych obrzędów i potrzeb duchowych/religijnych (w tym pogrzeb kościelny lub świecki).
Poinformowanie osób w żałobie o skierowanej do nich ofercie pomocowej skierowanej do osób po stracie bliskiej osoby.

GDZIE SZUKAĆ POMOCY W RYBNIKU?

Niemedyczne Hospicjum Domowe im. Św. Rafała Kalinowskiego w Rybniku

ul. Ks. Brudnioka 5, tel. 781 017 510
Wsparcie wolontariuszy, którzy poświęcają wolny czas na towarzyszenie osobom terminalnie chorym.

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Puls-Med”

ul. Grunwaldzka 66, tel. 32 42 362 04
Pielęgniarska opieka długoterminowa, rehabilitacja domowa oraz opieka zespołu hospicjum domowego.

Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Psychoterapii

ul. Chrobrego 16, tel. 32 422 56 39
Wsparcie psychologa i terapeuty.

Ośrodek Pomocy Społecznej w Rybniku

Dział Pomocy Środowiskowej
ul. Żużłowa 25, 44-200 Rybnik
tel. 32 439-93-01
Wsparcie grupy samopomocowej, świadczenia pomocy społecznej, usługi opiekuńcze, sprawienie pogrzebu, praca socjalna.



Rybnik

WSPARCIE OSOBY

UMIERAJĄCEJ

I JEJ RODZINY W OKRESIE ŻAŁOBY

Co to jest żałoba?

Żałoba to reakcja na utratę ważnych dla nas osób lub wartości.

Dotyczy sfery psychicznej, fizycznej i społecznej. Jest naturalnym procesem, doświadczanym w sytuacji straty – nie należy jej zatem unikać.

Zazwyczaj żałoba po utracie kogoś bliskiego trwa od roku do dwóch lat, gdy kryzys utrzymuje się dłużej, warto rozważyć skorzystanie z pomocy specjalisty.

Żałobę przeżywamy tym intensywniej, im mocniejsze więzi łączyły nas z osobą, która odeszła.

Czasami przeżywanie żałoby rozpoczyna się wraz z uświadomieniem sobie faktu odchodzenia bliskiej osoby.

Więcej informacji uzyskać można pod adresem
<https://www.bluneral.com/>

SYMPTOMY KRESU ŻYCIA I ZBLIŻAJĄCEJ SIĘ ŚMIERCI

Objawy fizyczne:

- obniżanie się sprawności ruchowej, trudności w wykonaniu jakiegokolwiek aktywności (nawet w łóżku), zwiększone zapotrzebowanie na sen, ogólne wyniszczenie organizmu, spadek wagi ciała,
- brak apetytu, trudności w przyjmowaniu pokarmu i połykaniu podawanych leków
- nierówny oddech, sinienie (rąk, nóg), bledność skóry, czasami miejscowe zasinienia.

Objawy psychiczne:

- zaburzenia świadomości (częściowa lub całkowita utrata świadomości),
- często widzenie zmarłych,
- czasami pojawiające się agresja i lęk.

Jakie czynności podjąć w sytuacji zgonu?

Obecnie większość formalności (np. karta zgonu, akt zgonu) może załatwić zakład pogrzebowy. Jeśli zmarły posiadał ubezpieczenie społeczne (w ZUS, KRUS), na organizację pochówku przysługuje zasiłek pogrzebowy (w szczególnych wypadkach również, gdy zmarły nie był ubezpieczony). Warto pamiętać również o możliwości wykorzystania urlopu okolicznościowego w związku z śmiercią bliskiej osoby.

POMOC A PRZEMOC

Z DOŚWIADCZEŃ RELACJI POMOCOWYCH
WZGLĘDEM OSÓB ZALEŻNYCH PRZEWLEKLE CHORYCH

Częstą przyczyną naruszenia granic prowadzących do przemocy jest **lęk opiekuna przed oceną otoczenia** (czy na pewno jestem wystarczająco dobrym opiekunem?) oraz potoczne przekonania o potrzebach osób zależnych.

Pokusy przemocowe w sytuacji opieki nad przewlekle chorym:

- decydowanie za chorego co do jego diety, porządku dnia, wyglądu, sposobu spędzania czasu,
- poddawanie chorego zabiegom medycznym wbrew jego woli,
- wymuszanie lub zaniedbywanie praktyk religijnych,
- odmowa prawa do drobnych przyjemności („koniaczek”, ciastko).

Przyczyny przemocy:

- egoizm, nierespektowanie praw innych osób,
- odmawianie choremu prawa do decydowania o sobie (opiekun musi respektować wolę podopiecznego),
- zaniedbywanie potrzeb i oczekiwań podopiecznego,

- niezgoda opiekuna na umieranie chorego.

POZWÓL SOBIE POMÓC

Pielęgniarka środowiskowa – w ramach NFZ świadczy kompleksową opiekę pielęgniarską w środowisku zamieszkania.

Wizyty domowe lekarza – świadczone nieodpłatnie w ramach NFZ.

Usługi opiekuńcze – podstawowe, pielęgnacyjne i specjalistyczne. O szczegóły należy pytać w ośrodkach pomocy społecznej.

Dom pomocy społecznej – całodobowa opieka nad chorym w placówce. Procedurę zamieszkania w DPS należy wszcząć u pracownika socjalnego.

Zakład opiekuńczo–lecniczy – całodobowa opieka zapewniająca ciągłość leczenia. Wniosek o skierowanie wystawia lekarz NFZ.

Zakład pielęgnacyjno – opiekuńczy – długoterminowa opieka medyczna oraz pielęgnacyjna. Skierowanie wydaje lekarz NFZ.

Hospicjum – całodobowa opieka (w formie domowej lub stacjonarnej) dla osób u kresu życia, które z powodu stanu zdrowia wymagają stałej opieki. Finansowane

w ramach NFZ.