

- Afneitun:** Fyrsta stigið er hjá flestum óraunveruleikatilfinning. Þetta getur ekki verið að koma fyrir mig.
- Baráttustig:** Sjúklingurinn beitir öllum ráðum til þess að fá lækningu. Reynir jafnvel að semja við almættið. Reiði, ásökun.
- Punglyndi:** Viðurkenning á að lækning er ekki möguleg. Kvíði, sektarkennd, vanmáttarkennd.
- Sáttin:** Úrvinnsla tilfinninga, endurskoðun lífsins. Sátt við sjálfan sig og aðra. Æðruleysi, rósemd.

Þó að allir sjúklingar gangi í gegnum þessi stig að einhverju leyti, þá koma þau ekki í sömu röð hjá öllum, né eru eins augljós, og oft eru fleiri en eitt til staðar í einu. Sumir geta hlaupið allan tilfinningaskalann mörgum sinnum áður en sáttin næst og í sumum tilfellum kemur dauðinn áður en sjúklingurinn hefur haft tíma til að vinna úr öllum sínum tilfinningum.

*Heimildir:*  
*International Association for Hospice and Palliative Care. Manual for palliativ care. Derek Doyle og Toger Woodruff.*  
*Improving care for the end of life. Joanne Lynn, MD. Janice Lynch Schuster, Andrea Kabcenell, RN, M.PH Oxford University Press 2000.*  
*Elisabet Kubler Ross. Er dauðinn kveður dyra. Þýðandi Björn Jónsson, útg. Skálholt 1983.*

*Unnið 2001 af Louise Steindal.*  
Endursk. í okt. 2013  
HVE/rmbæk6

**HVE Akranesi**  
Sími 432 1000, fax 432 1001  
www.hve.is

## LÍKNARMEÐFERÐ



Heilbrigðisstofnun Vesturlands  
Akranesi  
Sími 432 1000, fax 432 1001  
www.hve.is

## Líknarmeðferð

### Munurinn á lækningu og líkn ?

- \* **Að líkna útleggst:** Að hjálpa, að hjúkra, að lina þjáningar, að hugga.
- \* **Að lækna útleggst:** Að ráða bót á sjúkdómi, gera einhvern heilan heilsu, að græða.

Líkn er fylginautur lækningarinnar og stendur áfram þegar lækning er ekki lengur möguleg. Líknin tekur bæði til andlegra og líkamlegra þátta, línar þjáningar, hjálpar og hugar.

Líknarmeðferð eða Hospice hugmyndafræðin er upprunnin í Bretlandi og tók fyrsta líknarmeðferðarstofnunin til starfa í London árið 1967.

Í upphafi var líknarmeðferð aðallega hugsuð fyrir krabbameinssjúklinga en hún er í ríkari mæli notuð fyrir alla sjúklinga með ólæknandi sjúkdóma og takmarkaðar lífslíkur.

Margar öldrunarstofnanir leggja áherslu á að veita skjólstæðingum sínum slíka þjónustu.

### Aðaláherslur líknarmeðferðar eru

- \* Að ekki séu gerðar tilraunir til þess að lengja eða stytta líf sjúklinga á síðasta tímabili ólæknandi sjúkdóms.
- \* Að líta á sjúklinginn í heild sinni, með líkamlegar, andlegar, félagslegar og trúarlegar þarfir.
- \* Að leggja ríka áherslu á lífsgæði í öllu sem varðar meðferð sjúklingsins.
- \* Að réttur sjúklingsins til ábyrgðar á eigin lífi sé virtur.
- \* Að líta á aðstandendur sem skjólstæðinga.

Nauðsynlegt er að góð samskipti séu á milli sjúklings/aðstandenda og hjúkrunarfólks til þess að tryggja gott upplýsingastreymi.

Ef við höfum góðar upplýsingar um gang mála, getum við tjáð okkur opinskátt og af hreinskilni.

### Markmið með umönnun

Líknarmeðferð er heildræn umönnun og varðveisla lífsins en jafnframt er litið á dauðann sem eðlileg þáttaskil. Beitt er markvissri einkenameðferð sem tengir saman umönnun líkamlegra, andlegra, félagslegra og trúarlegra þátta og miðar að því að gera þann hluta lífsins sem eftir er eins innihaldsríkan og þjáningarlausan og kostur er.

### Umönnunin felur í sér að uppfylla þarfir einstaklingsins, ekki bara sem sjúklings, heldur fyrst og fremst sem manneskju

**1) Líkamleg:** Aðstoð við umhirðu, hreyfingu, næringu, losun úrgangsefna (uppfylling frumþarfa).

**2) Andleg:** Felur í sér virðingu, hlýju, skilning og gagnkvæmt trúnaðartraust.

**3) Félagsleg:** Þörfin fyrir að vera einhvers virði, að vera ekki einn. Gott samband við ástvini og hjúkrunarfólk

**4) Trúarleg:** Þörfin fyrir skilning og stuðning á sínum eigin trúarlegu forsendum. Að hafa tækifæri til að ræða við trúarleiðtoga ( eða aðra ) innan eigin trúarbragða.

Þegar um er að ræða aldrað fólk, fólk með skerta vitsmunagetu og andlegt atgerfi, er erfitt að gera sér grein fyrir að hve miklu leyti það skilur hvað um er að vera.

Við ættum að ganga út frá því að skilningurinn sé meiri en sjúklingurinn getur gefið til kynna og nálgast dauða hans á sama hátt og hjá öðrum. Dauðinn er í raun og veru alltaf sá sami, hvort maður er ungur eða gamall. Líf hvers einstaklings hefur gildi fyrir hann sjálfan og þá sem næst honum standa.

Dauðinn er í flestum tilfellum mislangt ferli sem einkennist af því að fleiri og fleiri líkamleg og andleg starfsemi dvínar, þar til líkaminn getur ekki lengur haldið uppi lífsnauðsynlegri starfsemi. Þessar breytingar eru eðlileg og náttúrleg aðferð við að búa okkur undir endalokin

### Óttinn við dauðann - Sorgarferlið

Í vestrænum menningarsamfélögum er óttinn við dauðann rótgróinn. Enginn lifir bara sjálfum sér, þess vegna upplifa ástvinir sjúklinganna ekki síður þennan ótta. Þó dauðinn sé fyrirsjáanlegur er eins og við séum aldrei viðbúin þegar hann knýr dyra. Sorg er eðlilegt viðbragð við missi. Við finnum fyrir sorg á mismunandi hátt, en talið er að langveikir sjúklingar með alvarlega og ólæknandi sjúkdóma og aðstandendur þeirra, gangi í gegnum ýmis geðhrif og sálarkreppur.

Að þekkja þessi stig auðveldar samskipti og tjáskipti við sjúklinginn, og eykur skilning okkar á eigin viðbrögðum.