

Поради для хворого та його близьких

ЯН КАЧКОВСЬКИЙ

31 ЖОВТНЯ 2018

Одним із проєктів отця Яна Качковського були Етичні ареопаги, на яких студенти-медики навчалися спілкуватися з пацієнтами. Утім, це вміння потрібне не тільки лікарям: і самі недужі, і люди, які їх оточують, часто потребують вказівок щодо того, як зносити хворобу й говорити про неї.

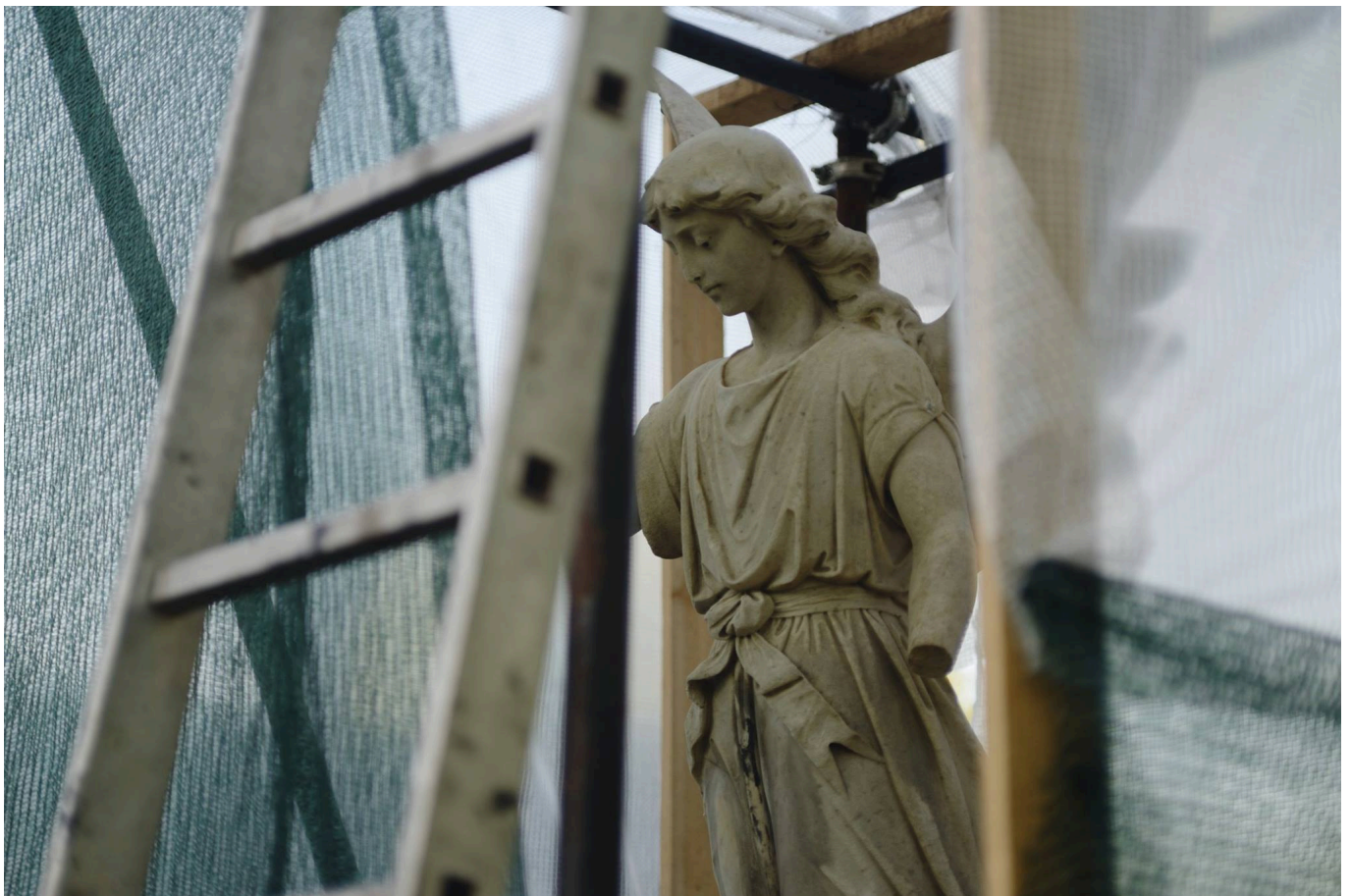


Фото: Михаил Майзульс

Поради для близьких хворого

1. Для хворої людини присутність і допомога близьких – безцінні, хоча вона й не завжди здатна це висловити.
2. Близьким хворого потрібно знати точну інформацію про його поточний стан і прогноз, а також здобути якнайбільше знань про хворобу й можливості лікування.
3. Супроводжуючи хвору людину, треба передусім пізнати її потреби й можливості, а не реалізувати власні задуми щодо лікування.
4. Людину, яка дізнається, що хвора на тяжку чи й смертельну хворобу, охоплюють сильні емоції. Важливо, щоб вона могла їх висловити. Хвороба і прогноз не можуть бути табуованою темою.
5. Варто подбати про те, щоб на всіх лікарських консультаціях хворого супроводжував хтось близький. Великий стрес може відволікти увагу хворого від важливої інформації.
6. Піклування про хворого пов'язане з потребою перебудувати спосіб життя опікунів та змінити функціонування його родини.
7. Рідні, що опікуються хворим, мусять навчитися поважати власні обмеження, заряджати свої акумулятори й користуватися допомогою інших. Якщо вони цього не зроблять, то самі потребуватимуть допомоги фахівців.
8. Цілковите непорозуміння – усувати хворого від усіх справ і вилучати з повсякденних клопотів. Навпаки, його варто активізувати, особливо в сімейному житті.
9. Трапляються ситуації, коли треба припинити боротьбу з хворобою, бо продовження терапії приносить більше болю, ніж користі. Погодитися на це не означає, що ми покинули хворого.
10. Якщо стан хворого погіршується, найкраще, що можна зробити, – це звернутися до поради паліативної медицини чи до хоспісу. Такі центри забезпечать допомогу, якої родина зазвичай не може надати.

Поради для кожного, хто помре

1. У кожного з нас на сто відсотків діагностовано тілесну смертність. І в цьому діагнозі немає шансів на помилку.
2. Смерть – це момент, коли особа стає особливо крихка й безпорадна, мов новонароджений, який приходить у світ. Тому присмертного потрібно оточити уважним піклуванням.
3. Гідність людської особи виражена в даванні. Тож і людина з розвиненим Альцгеймером, у деменції чи в комі має що дати іншим.
4. Людина має право – а може, навіть обов'язок – сказати: я безсилий, не даю ради. Парадоксально, це її автентичне безсилля пробуджує в інших потенціал допомагати.
5. Сам процес помирання може викликати страх, нажахати й того, хто відходить, і тих, хто його оточує. Мета паліативної медицини – полегшити цей страх. Можна добре пережити смерть, і свою, і близької людини, однак до цього треба відповідно приготуватися.
6. Більшість із нас хоче помирати вдома, у власному ліжку та серед найближчих. Якщо немає медичних перешкод, варто створити таку можливість.
7. Найкраще, що можемо дати вмирущому в мить, коли приходить смерть, це повне спокою й чуйності товариство. Хоча це тяжко, варто втриматися від ридань і спазмів, зосередившись на присмертному, а свої емоції відсунути на задній план.
8. Дитині теж потрібна можливість попрощатися з рідним, який помирає. Якщо не подбати про це, біль від його втрати може бути ще дошкульніший. Дитина може докоряти собі, що не перепросила померлого чи не мала шансу сказати йому, як сильно його любить.
9. Хоча пережити почуття, які викликає в нас втрата близької особи, та перейти через процес жалоби здається чимось понад людські сили, зазвичай це виявляється життєдайний досвід.
10. Пережити втрату після смерті близької людини дуже допомагає участь у групі підтримки для тих, хто в жалобі.

ЯН КАЧКОВСЬКИЙ

31 ЖОВТНЯ 2018