

Kuoleman lähestyminen

Jokaisen ihmisen kuolinprosessi on ainutlaatuinen ja yksilöllinen tapahtumaketju. Suurimmalle osalle potilaista tapahtuu kuitenkin tiettyjä fyysisiä muutoksia, jotka ovat merkkejä lähestyvistä kuolemasta. Näitä voivat olla toimintakyvyn asteittainen huonontuminen, fyysisten oireiden lisääntyminen ja elämän laadun heikkeneminen.

Kuolemaa ennustavia tekijöitä voivat olla myös:

- ruokahaluttomuus
- ihminen jää vuoteeseen, hän on väsynyt, nukkuu paljon eikä oikein jaksa puhuaakaan
- erityis vähenee (virtsaus, suolen toiminta)
- kuumeilu ilman erityistä syytä
- kipulääkkeen tarve kasvaa
- hengityksen muuttuminen

1. Ruokahaluttomuus

Kun ihminen lähestyy kuolemaa, hänen kehonsa ei enää kaipaa ruokaa tai juomista samalla tavalla kuin ennen. Kehon aineenvaihdunta hidastuu ”säästöliekille” eikä se pysty enää käyttämään ruokaa ja juomaa energiaksi tai kehon rakennusaineiksi. Sanotaankin, että kuoleva ihminen ei kuole koska hän ei syö, vaan ei syö koska hän on kuolemassa.

Saattohoitovaiheessa tapahtuva nesteytys voi aiheuttaa hengenahdistusta, turvotuksia ja paikallista kipua. Suonensisäistä nesteytystä pitäisi käyttää vain, jos se parantaa potilaan vointia.

Ruokahaluttomuus voi tuntua läheisistä vaikealta hyväksyä, vaikka lähestyvistä kuolemasta olisikin ollut puhetta. Hellävarainen suun kostuttaminen tai jääpalojen imeskely ja huulten rasvaaminen voi tuntua potilaasta hyvältä ja helpottaa kuivan suun tunnetta.

2. Väsymys

Ihminen voi viettää aikaa nukkuen yhä enenevässä määrin, ja hereillä ollessaan hän voi olla väsynyt eikä oikein jaksa kiinnostua ympärillään olevasta maailmasta. Tämä on normaalia ja kuuluu luonnollisena osana lähestyvään kuolemaan.

3. Kuumeilu

Ennen kuolemaansa ihmisellä voi ilmetä kuumeilua. Kuumeilu johtuu aivojen lämmönsäätelyn häiriintymisestä, eikä antibiooteista ole apua sen hoidossa. Kuumetta voidaan hoitaa oireenmukaisesti kuumetta alentavilla lääkkeillä.

4. Kipu

Jokaisen ihmisen kivun kokemus on yksilöllinen asia ja se muodostuu elinvauriosta, psykologisista ja

ympäristöön liittyvistä tekijöistä. Henkilö itse on oman kipunsa paras arvioija ja sitä tulee hoitaa aktiivisesti. Saattohoidossa tavoitteena on kuolevan ihmisen mahdollisimman hyvä ja kivuton olo.

5. Hengityksen muuttuminen

Elämän lähestyessä loppuaan, ihmisen kehon toiminnot hidastuvat entisestään ja hapen tarve kehossa vähenee. Henkilöt, joilla on hengenahdistusta, voivat pelätä tukehtumisen tunnetta, mutta yleensä tämä oire vähenee kuoleman lähestyessä.

Hengitystä voidaan helpottaa kipulääkityksellä, hyvällä kohoasennolla, avaamalla ikkuna ja käyttämällä tuuletinta. Joskus myös pelko voi pahentaa hengenahdistuksen tunnetta. Tällöin omaisen rauhallinen läsnäolo ja vaikkapa kädestä piteleminen voidaan kokea auttavana tekijänä.

Kun kuolema alkaa olla lähellä, kuolevan potilaan hengitykseen voi tulla hengityskatkoja, ja se voi kuulostaa korisevalta. Koriseva hengitystäni johtuu liman kertymisestä keuhkoihin, kun ihminen ei enää jaksa yskä limaa itse pois. Hengitystäni voi huolestuttaa läheisiä, mutta yleensä se ei häiritse kuolevaa itseään. Hengitys muuttuu pinnallisemmaksi, ikään kuin henkilö hengittäisi rintakehän yläosalla.

Joskus ihminen voi tulla levottomaksi kuoleman lähestyessä. Kuolemaan saattaa liittyä käsien haromista, harhaisuutta ja ääntelyä. Iho muuttuu kalpeaksi ja laikukkaaksi ja se voi tuntua kostealta ja viileältä. Yleensä ihminen kuolee ikään kuin nukahtamalla pois, hänen sydämensä lakkaa lyömästä ja hengitys pysähtyy.

Kuinka voimme auttaa Sinua?

Läheisen ihmisen menettäminen voi olla sinulle vaikeaa ja raskasta aikaa. Oikeiden sanojen löytäminen surun keskellä voi tuntua mahdottomalta.

Hoitajat, lääkärit ja muu henkilökunta ovat täällä sinua varten, mikäli kaipaat tukea tai haluat puhua asioista.

Toivomme, että otat yhteyttä tai tulet keskustelemaan kanssamme mieltäsi painavista seikoista.

Tärkeitä puhelinnumeroita:

Ohjeen laatinut: SH Minna Peake, pvm 18.3.2014

– tarkistettu 30.10.2014, voimassa toistaiseksi

Hyväksyjä: lääkäri Leena Surakka

Kannen kuva: Katja Väyrynen

Lähteet:

Juha Hänninen. 2012. Saattohoito-opas.

Käypä hoito-ohjeet. 2012. Kuolevan potilaan oireiden hoito

Valvira. 2014. Saattohoito.

Tämä esite kuvailee joitakin niistä fyysisistä muutoksista, joita voi tapahtua ihmisen lähestyessä kuolemaa. Esite kannustaa Sinua kysymään lisätietoa kaikista niistä seikoista, jotka askarruttavat mieltäsi.

**TIETOA
POTILAALLE
JA LÄHEISELLE**

Fyysiset muutokset kuoleman lähestyessä

