

Kabelka L.¹, Sláma O.², Prokop J.¹

1) Hospic sv. Josefa, Rajhrad u Brna

2) Masarykův onkologický ústav, Brno

Úvod

Je dlouhá cesta pacienta a jeho blízkých od sdělení diagnózy k závěrečné fázi života. Pacient i doprovázející blízcí, resp. příbuzní jsou často ve velkém stresu, psychickém i fyzickém vypětí, zažívají množství převážně negativních emocí (strach, úzkost, hněv, bezmoc, pocity viny, vyčerpání, nedůvěru, nejistotu, frustraci, zoufalství a mnoho dalších). Většina blízkých pocituje k nemocnému hluboké citové pouto, občas však bývají nevyřešené nedořešené rodinné problémy či tabu. K negativnímu prožívání tíživé situace přispívá většinou i zhoršení sociální situace rodiny, nutnost zajištění normálního chodu domácnosti a života, předchozí zkušenosti se zdravotnictvím, strach a osobní postoj ke smrti apod. Postoj k umírajícímu ovlivňuje také psychická a spirituální zralost členů rodiny.

Co si všichni zúčastnění (i členové MDT – multidisciplinární tým) přináší:

- Celý dosud prožitý život, s rodinou, sociálními vztahy
- Po léta se utvářející osobnost, postoje k prožívání zátěžových situací, k nemoci, umírání a smrti samotné, osobní zkušenost (i se zdravotnictvím) a zkušenosti druhých
- Z toho vyplývající představy o dalším průběhu nemoci
- Vlastní spiritualitu- životní postoje k hodnotám, smyslu životních etap, také vztah k náboženské víře, nevyřešené vztahy a životní vítězství i prohry, pocity viny
- Jedinečnost, důstojnost své lidské individuality, kterou je zapotřebí vnímat a respektovat

Úzkost a deprese, zmatenost

U konkrétního pacienta je užitečné si položit následující otázky

- Je příčinou nějaký tělesný problém, který je třeba řešit? (bolest, dušnost, močová retence, zácpa aj.)
- Je úzkost a neklid obrazem mozkové dysfunkce (demence, delirium, hypoxie mozku)
- Je úzkost výrazem, že pacientovi je daná situace nesrozumitelná ?(nejasnost ohledně diagnózy, prognózy.)

TERMINÁLNÍ PÉČE

- Je úzkost a neklid projevem strachu z umírání a smrti? (strach z očekávané bolesti a utrpení, z neznáma, z odloučení od blízkých, smutek z nedokončených životních projektů, obavy o osud pozůstalých, malých dětí atd.)
- Je úzkost a neklid projevem nevyřešených problémů ve vztazích s rodinou, s jinými lidmi, s Bohem?

Nejdůležitějším léčebným opatřením je a vždy zůstane autentická lidská blízkost rodiny a zdravotníků. Ve farmakologické léčbě jsou v popředí antidepresiva s anxiolytickým účinkem (dosulepin, trazodon) v kombinaci s řešením spánkových poruch a terapií anxiolytiky (alprazolam).

Spirituální bolest

Je především třeba, aby si všichni, kdo o umírajícího pečují, byli vědomi, že psychologická a spirituální témata jsou pro umírajícího minimálně stejně důležitá jako otázka tělesných symptomů. Celková atmosféra péče a způsob komunikace by měly vycházet z toho, co pacient považuje v dané chvíli za důležité, co chce „řešit“ a co reálně je řešit možné. Pravdou je, že blízkost rodiny a pro nemocného tak povětšinou deklarovaná smysluplnost celého života, jsou významnou složkou v doprovázení a také pomoci nám zdravotníkům ve snaze o zachování důstojnosti nemocného tváří v tvář smrti. Teprve dosažení určitého smíření a akceptace v oblasti psycho-spirituální (vůči konci života, ale i životu samotnému) může dát umírání a smrti charakter události, která je smutná, někdy tragická, ale přesto důstojná a hluboce lidská.

Péče o pozůstalé

Vlastní okamžik smrti není cílem, ale je příležitostí důstojně zakončit doprovázení a plynule přejít do podpůrné péče o pozůstalé. Z pohledu pozůstalých je důležitá možnost důstojného rozloučení (místnost pro rozloučení, kaple, samostatný pokoj), podpora a účast v projevení emocí, účast duchovního (je-li možná) je mnohdy pozitivně přijímána i lidmi bez náboženské víry.

Samotné truchlení lze přirovnat k hojení rány. Jde o dlouhodobý psychosociální i spirituální proces, mnohdy s psychosomatickou reakcí, i fyziologicky trvající řadu měsíců. Jde o přirozenou reakci na ztrátu - **bez truchlení není vyrovnání!** Samozřejmě věk, příbuzenský poměr a další psychosociální a spirituální souvislosti modifikují individuální reakce.