

Νόσος COVID-19 και φροντίδα κατά το τελευταίο στάδιο ζωής στο νοσοκομείο

Πληροφορίες για οικογένειες και φροντιστές

Τι να αναμένετε όταν σας πουν ότι ένα μέλος της οικογένειάς σας ή φίλος είναι πιθανό να πεθάνει από τη νόσο COVID-19

Σας έχουν εξηγήσει οι γιατροί και οι νοσηλευτές ότι υπήρξε μια σοβαρή αλλαγή στην κατάσταση του συγγενικού ή φιλικού σας προσώπου; Ανησυχούν ότι το αγαπημένο σας πρόσωπο πλησιάζει τις τελευταίες ώρες ή ημέρες ζωής του, ως αποτέλεσμα του COVID-19;

Οι παρακάτω πληροφορίες μπορεί να σας βοηθήσουν κατά τη διάρκεια της αβέβαιης αυτής περιόδου.

Τι πρέπει να γνωρίζετε όταν επισκέπτεστε το αγαπημένο σας πρόσωπο

Η επίσκεψη σε άτομα με νόσο COVID-19 είναι πιο πολύπλοκη από ό,τι συνήθως λόγω του κινδύνου μόλυνσης. Μπορεί επίσης να επηρεάζεται ο αριθμός των επιτρεπόμενων επισκέψεων και η διάρκεια κάθε επίσκεψης.

Αν αισθάνεστε αδιαθεσία με πυρετό ή νέα αναπνευστικά συμπτώματα (π.χ. πονόλαιμο, δύσπνοια ή βήχα), είναι σημαντικό να μιλήσετε σε γιατρό ή νοσηλεύτη πριν από την επίσκεψη.



Ο Προσωπικός Προστατευτικός Εξοπλισμός (PPE) είναι σημαντικός

Όταν επισκέπτεστε το αγαπημένο σας πρόσωπο, πρέπει να φοράτε Προσωπικό Προστατευτικό Εξοπλισμό (PPE). Ο εξοπλισμός PPE είναι αναγκαίος για τη δική σας ασφάλεια όσο και αυτών που βρίσκονται γύρω σας.

Ακόμη και με PPE, εάν ο κίνδυνος μετάδοσης του ιού είναι πολύ υψηλός, ενδέχεται να μην επιτρέπεται να μπειτε στο δωμάτιο του συγγενή ή του φίλου σας. Αυτό μπορεί να σας δημιουργήσει μεγάλη ταραχή. Το προσωπικό μπορεί να είναι σε θέση να οργανώσει τηλεφωνήματα ή βιντεοκλήσεις, ώστε να μπορείτε να μιλήσετε στο συγγενή ή το φίλο σας. Μπορεί να υπάρχει παράθυρο στο δωμάτιό του μέσω του οποίου μπορείτε να τον δείτε, ακόμα κι αν δεν επιτρέπεται να μπειτε στο δωμάτιο.

Ο εξοπλισμός PPE περιλαμβάνει μακριά πλαστική ρόμπα ή ποδιά, γάντια, μάσκα προσώπου, γυαλιά ή ασπίδα προσώπου. Θα σας δοθούν οδηγίες για το πώς να φορέσετε και να βγάλετε σωστά τον εξοπλισμό PPE. Θα σας δοθούν επίσης οδηγίες για το πότε χρειάζεται να καθαρίσετε τα χέρια σας κατά τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας με απολυμαντικό χεριών ή σαπούνι και νερό.

Μη διστάσετε να κάνετε ερωτήσεις

Αυτή η περίοδος είναι ανησυχητική και συναισθηματικά φορτισμένη. Οι γιατροί και οι νοσηλευτές θα εξασφαλίσουν ότι καταγράφονται τα σωστά στοιχεία επικοινωνίας, ώστε να μπορείτε να ενημερώνεστε για την κατάσταση του συγγενικού ή φιλικού σας προσώπου.

Αν έχετε οποιεσδήποτε ερωτήσεις, ανεξάρτητα από το πόσο σημαντικές ή ασήμαντες φαίνονται, ή πόσο απασχολημένο μπορεί να φαίνεται το προσωπικό, ζητήστε από τους νοσηλευτές και τους γιατρούς στο θάλαμο να μιλήσουν μαζί σας.



Βοηθήστε το προσωπικό να σεβαστεί τις επιθυμίες του συγγενή ή φίλου σας σχετικά με τη φροντίδα του

Ο σεβασμός των επιθυμιών κάθε ατόμου σχετικά με τη φροντίδα του είναι κάτι σημαντικό. Αυτές οι επιθυμίες μπορεί να περιλαμβάνουν πολιτισμικές ή πνευματικές ανάγκες. Αν γνωρίζετε ότι ο συγγενής ή φίλος σας διαθέτει Οδηγία Μελλοντικής Φροντίδας (Advance Care Directive) ή έχει συζητήσει τις επιθυμίες του στο παρελθόν, παρακαλούμε να μοιραστείτε αυτές τις πληροφορίες με το προσωπικό.

Αν ο συγγενής ή φίλος σας βρίσκεται στο σπίτι με νόσο COVID-19 και δεν πρόκειται να την ξεπεράσει, σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί ακόμα να είναι δυνατό να παραμείνει στο σπίτι μέχρι να πεθάνει. Αυτό μπορεί να εξαρτάται από τις υπηρεσίες που διατίθενται στην περιοχή σας και το πόσο καλή είναι η διαχείριση της φροντίδας στο σπίτι.

Η φροντίδα κάποιου με COVID-19 στο σπίτι απαιτεί προσεκτικό σχεδιασμό. Οι γιατροί και οι νοσηλευτές θα διαθέσουν χρόνο μαζί σας για να σας βοηθήσουν να κατανοήσετε όλες τις πτυχές της φροντίδας του συγγενή ή φίλου σας και το ρόλο σας στην παροχή αυτής της φροντίδας. Η ομάδα θα χρειαστεί επίσης να εξασφαλίσει ότι υπάρχει ο αναγκαίος εξοπλισμός και ότι σας έχουν δείξει πώς να χορηγείτε τα φάρμακα αν είναι απαραίτητα για την άνεση του συγγενή ή φίλου σας.

Θυμάστε να φροντίζετε τον εαυτό σας

Αυτή είναι μια κοπιαστική και αγχώδης περίοδος που ορισμένες φορές δημιουργεί συναισθήματα αναστάτωσης, συμπεριλαμβανομένου του θυμού, θλίψης ή αγωνίας. Η διαχείριση όλων των πληροφοριών και των αποφάσεων, καθώς και η αντιμετώπιση των αναγκών άλλων μελών της οικογένειας, μπορεί επίσης να φέρει πρόσθετο άγχος. Η συζήτηση με νοσηλευτές ή έναν κοινωνικό λειτουργό μπορεί να βοηθήσει. Οι υπάλληλοι ποιμαντικής φροντίδας μπορούν επίσης να σας υποστηρίξουν με οποιοσδήποτε πνευματικές ή θρησκευτικές ανάγκες.



Τι να αναμένετε όταν ένα άτομο πλησιάζει το θάνατο

Είναι συχνά δύσκολο να γνωρίζουμε πότε ακριβώς ένα άτομο είναι πιθανό να πεθάνει. Αυτό είναι ένα συχνό ερώτημα, αλλά κάθε άτομο είναι διαφορετικό. Μερικές φορές η κατάσταση των ατόμων με νόσο COVID-19 αλλάζει πολύ γρήγορα. Ορισμένες από τις αλλαγές που μπορεί να παρατηρήσετε είναι οι εξής:

- **Ανησυχία και σύγχυση:** Ένα άτομο μπορεί να εκδηλώνει όλο και περισσότερη σύγχυση και ανησυχία. Αυτό μπορεί να εμφανίζεται με βογγητά, κραυγές ή ακόμα και προσπάθειες να σηκωθεί από το κρεβάτι. Προκειμένου να εξασφαλιστεί ότι οι άνθρωποι έχουν όσο το δυνατόν μεγαλύτερη ασφάλεια και περισσότερη άνεση, οι γιατροί μπορεί να συστήσουν τακτικά ηρεμιστικά φάρμακα για να μειώσουν την ανησυχία τους. Μιλήστε με το προσωπικό αν έχετε οποιοσδήποτε ερωτήσεις ή ανησυχίες.
- **Δύσπνοια, αλλαγές στον αναπνευστικό ρυθμό και θορυβώδης αναπνοή (ή «ρόγχος»):** Πολλοί άνθρωποι με νόσο COVID-19 εκδηλώνουν δύσπνοια. Στο τέλος της ζωής, συνταγογραφούνται τακτικά μικρές δόσεις μορφίνης για να μειωθεί η αίσθηση δύσπνοιας. Άλλες αλλαγές που μπορεί να παρατηρήσετε αυτή την περίοδο περιλαμβάνουν παύσεις ανάμεσα στις αναπνοές και αναπνοή με «ρόγχο». Αν και μπορεί να ανησυχίσετε αν παρατηρήσετε τέτοιες αλλαγές, δεν είναι οδυνηρές για το άτομο.
- **Πυρετοί:** Πολλοί άνθρωποι με νόσο COVID-19 εκδηλώνουν επίμονο υψηλό πυρετό. Οι νοσηλευτές που φροντίζουν το συγγενή ή φίλο σας θα παρέχουν ανακούφιση με δροσερά επιθέματα και ξεβγάλματα, καθώς και άλλα φάρμακα όπως παρακεταμόλη, κατά περίπτωση.
- **Μειωμένη ανάγκη για φαγητό και ποτό:** Καθώς η κατάστασή τους χειροτερεύει, τα άτομα τείνουν να ενδιαφέρονται όλο και λιγότερο για φαγητό και ποτό. Αυτό είναι συχνά ανησυχητικό για τις οικογένειες, αλλά είναι πολύ απίθανο να είναι οδυνηρό για το άτομο.
- **Κοιμούνται περισσότερο:** Καθώς οι άνθρωποι γίνονται πιο αδύναμοι, τείνουν να κοιμούνται περισσότερο και συνήθως χάνουν τις αισθήσεις τους. Αυτό είναι ένα φυσιολογικό μέρος της διαδικασίας θανάτου και μπορεί να συμβεί ανεξάρτητα από το αν οι άνθρωποι χρειάζονται φάρμακα για να τους βοηθήσουν στη διαχείριση συμπτωμάτων ή όχι. Είναι σημαντικό να θυμάστε ότι ακόμη και αν ένα άτομο δεν είναι σε θέση να σας απαντήσει, μπορεί ακόμα να σας ακούει, οπότε μια απαλή, γνώριμη φωνή είτε αυτοπροσώπως είτε μέσω τηλεφώνου θα του προσφέρει ανακούφιση.

Πάνω απ' όλα, ο στόχος της νοσοκομειακής περίθαλψης αυτή την περίοδο είναι να εξασφαλιστεί ότι ο συγγενής ή φίλος σας έχει όσο το δυνατόν περισσότερη ασφάλεια και άνεση. Οι γιατροί και οι νοσηλευτές θα εξασφαλίσουν ότι είναι διαθέσιμα φάρμακα για να ανακουφίσουν συμπτώματα όπως ο πόνος, η δύσπνοια και η έλλειψη ηρεμίας αν εμφανιστούν. Να θυμάστε ότι αν έχετε κάποιες απορίες γύρω από οποιοδήποτε πτυχές της φροντίδας, θα πρέπει να μη διστάσετε να ρωτήσετε.

Για περισσότερες γενικές πληροφορίες σχετικά με τον COVID-19, επισκεφθείτε τη διεύθυνση:

<https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/covid-19/Pages/default.aspx>