MUNI
MED

Vyrovnávání se s nemocí

50/50 0:07:38

Péče o umírajícího pacienta

video MUDr. Sláma, Ph.D.; Prof. MUDr. Vorlíček, CSc.,dr.h.c.; Mgr. Kalvodová; PhDr. Janáčková, CSc.; Martin Hanzlíček, Scénárista a režisér; MUDr. Jiří Pešina
https://www.mojemedicina.cz/cs_cz/pruvodce-pacienta/pece-o-pacienta/pece-o-umirajiciho-pacienta-1.html

---

Model Kübler-Ross

Naděje – na uzdravení

– na prodlužování života

– na zmírnění utrpení

– na důstojnou smrt

Model Kübler-Rossové

pět fází smutku - pět fází umírání

v r. 1969 - poprvé zaveden v knize *On Death and Dying* – vychází z výzkumu a rozhovorech s 500 umírajícími lidmi

Popisuje 5 fází v rámci procesu, při kterém se lidé vyrovnávají se smutkem a tragédií (zejména diagnóza smrtelného onemocnění V mimořádná ztráta)

americká psycholožka

Fáze zmirňování se se ztrátou (Elisabeth Kübler- Ross)

NEGACE šok, popírání
AGRESE hněv, vzpoura
SMLOUVÁNÍ vyjednávání
DEPRESE smutek
SMÍŘENÍ souhlas

Video P/K nepřijímající dg. https://www.youtube.com/watch?v=bc7GIzyZfBg

NEGACE
ŠOK, POPÍRÁNÍ

Denial

Projevy	Co s tím
„Ne já ne, pro mne to neplatí.“	Neopustit, zůstat na blízku.
„Cítím se dobře.“	Navázat kontakt, získat důvěru.
„To není možné“.	
„To je určitě omyl.“	

Popírání je pro jedince pouze dočasnou obranou = šoková reakce.
Selekce info – co nezapadá do P/K představ to neslyší – omyl, kt. se nějak vysvětlí – nepamatuje si první sdělení/info od Dr. = tvrdí, že s ním o nemoci nikdo nemluvil: vyslechnout, trpělivě vše zopakovat, odpovídat na otázky – P/K izolace= chce být sám= chce se se svým osudem vyrovnat

AGRESE
HNĚV, VZPOURA

Anger

Projevy

„Proč zrovna já?“
„Čí je to vina?“
„Vždyť mi nic nebylo.“
„To není fér!“
Zlost na zdravé lidi, zdravotníky.

Co s tím

Dovolit odreagování.
Nesoudit a nepohoršovat se.

Mohou přestat spolupracovat a komunikovat se ZP

P/K – negativní emoce, kt. těžko ovládá, je zmatený, nechápe, proč zrovna ON *(pocity viny, křivdy, zloby na okolí – zároveň si uvědomuje, že ti, na kt. si vylévá zlost za to nemohou= zahanbenost, ale nedokáže to překonat)*
Okolí - chápavý úsměv V výčitky nepomohou, musí vědět, že jde o přirozenou fázi umírání. Pokud má P/K zájem ať mluví o svých pocitech, zármutku, zlobě, rezignaci…
„Hněvivé výroky na adresu zdravých chápeme v kontextu jeho touhy žít a jeho zklamání, že nastala situace, která tolik změnila jeho život. Nesmíme to brát osobně.“

SMLOUVÁNÍ
VYJEDNÁVÁNÍ

Bargaining

Projevy

Hledání zázračných léků, léčitelů, diet.
Ochota zaplatit cokoliv.
Činí velké sliby.
Ještě získat čas.

Co s tím

Maximální trpělivost.
Pozor, nenaletět „uzdravovacím" podvodníkům.

„Chápu, že umřu, jen kdybych měl o trochu více času…“

P/K již ví, že jeho aktuální situace je ovlivněná nemocí. Uvažuje o smyslu života, jak využít zbývající čas = smlouvá čas „Ještě se dožít vnoučat, promoce…
Okolí: „pomáhat nemocnému vytvářet krátkodobé cíle a každý sebemenší splněný cíl ocenit.“ Cíl má být OBSAHOVÝ ne ČASOVÝ.
„Ptá-li se nemocný, jestli se může dožít nějaké události za tři, čtyři roky, nikdy neříkáme „to sotva“. Mluvíme o tom, proč je to pro něj důležité a také o tom, že je to možné, ale že nikdo nemáme „záruční list“ na další den.“

DEPRESE

SMUTEK

Depression

„Umřu, tak o co jde?“,
„Ztratil/a jsem milovaného/milovanou, proč dál žít?“

Projevy

Smutek z utrpěné ztráty.
Smutek z hrozící ztráty.
Strach o zajištění rodiny.

Co s tím

Trpělivě naslouchat.
Pomoc urovnat vztahy.
Pomoc hledat řešení.
Nedoporučuje se dotyčného v této fázi rozveselovat.
Jde o důležité období smutku, které musí proběhnout.

P/K – zdrav. stav se zhoršuje= konfrontace s reální skutečností směřování ke konci života. Je unavený ze zmařené naděje, vyčerpán bojem i psychicky zesláblí – přichází hluboký smutek nad ztrátou zdraví, nových možností a budoucnosti
Možné antidepresiva (Dr.)
Okolí: být přítomen, naslouchat, provázet těžkým obdobím.
„Pro umírajícího je důležité, aby měl s kým hovořit o strachu ze smrti a o všem, co mu jde hlavou. Dostane-li se mu podpory a pochopení, fáze deprese nemusí být dlouhá.“

SMÍŘENÍ
SOUHLAS

Acceptance

Projevy

Vyrovnání, pokora, skončil boj, je čas loučení.
„Dokonáno jest.“
„Do tvých rukou..“

Co s tím

Mlčenlivá lidská přítomnost, držet za ruku, utřít slzu.
Rodina možná potřebuje pomoc víc než pacient!

P/K - přijetí konce života, akceptace svého stavu a situace, snaha o co nejlepší způsob života v rámci svých možností.

Smíření - NEMUSÍ BÝT U VŠECH = „Do stavu vnitřního míru, klidu a vyrovnanosti se zdaleka nemusí dostat každý.“
U nemocného může dojít k rezignaci, beznaději.
Zde je důležité podporovat naději u doprovázeného, projevovat mu účast a být mu na blízku.

Fáze

- Nemusí být v uvedeném sledu, nebo proběhnout kompletně
- Mohou se vracet, prolínat (i 3 fáze v jednom dni)
- Některé mohou chybět

„Reakce na nemoc, smrt či ztrátu jsou stejně jedinečné jako osoba, která je zažívá. Některé z fází proto nemusejí nastat, jiné mohou být prožity v jiném pořadí, a někteří lidé prožívají některé fáze neustále dokola.“

„Existují jedinci, kteří bojují se smrtí až do úplného konce.“ Někteří psychologové věří, že čím urputněji dotyčný bojuje se smrtí, tím spíše zůstane ve fázi popírání. V takovém případě je možné, že nemocný člověk bude umírat méně důstojně.“

Fáze okolí/rodiny

Podobné prožívání jako P/K
Možné prožívání v rozličných fázích – *„Nemocný i pečující se mohou nacházet v různých fázích, i proto může být někdy vzájemná komunikace obtížná.“*

Pocit viny, že neposkytují VŠECHNO, CO BY MNĚLI.
Najít formu pomoci, kt vyhovuje.

Způsoby vyrovnávání se s faktem vážného onemocnění (Vymětal)

- postiženému přináší řadu omezení a týká se vždy celé rodiny
- reakce na situaci závisí na kvalitě rodinného zázemí, projevech onemocnění, pocitu ohrožení života a jeho celkové kvalitě.

1) šok

2) odmítnutí a popření

3) úzkost a depresivní rozladění

4) smíření, adaptace

Tři nejrozšířenější a nežádoucí psychické reakce (Vymětal):

Prožívaný stav bezmoci a beznaděje

– stav může vyústit v zoufalství, kdy může nastat suicidální úmysl, časté u P/K v izolaci

Sekundární zisk

– P/K si uvědomuje, že mu nemoc přináší nějaké výhody sekundárního zisku ▲ cílené účelové zaměření pozornosti

Regrese (pohyb zpět, ústup, návrat)

– reakce bývá pěstována nadměrnou péčí o pacienta ze strany okolí, P/K bývá vzdorovitý, emočně labilní a nespolehlivě spolupracující

MUNI
MED