

Till personal som möter närstående till döende patienter med Covid-19

Guide att handleda avsked via telefon eller skärm

I den här korta guiden ger vi några tips på hur du kan hjälpa närstående och patient att prata via telefon eller skärm när patienten är döende och de närstående inte kommer att kunna träffa patienten en sista gång. Förslagen till fraser måste förstås anpassas till situationen. Ibland räcker det med en av fraserna, ibland är flera av dem användbara.

Förberedelse med den närstående

Presentation

Jag heter (presentera dig med namn och funktion på avdelningen). Jag kan erbjuda möjligheten att hjälpa dig/Er att prata med din mormor/morfar/mamma etc.

Det verkar kanske märkligt och svårt att erbjudas att göra det på det här sättet.

Vi får hjälpas åt att göra detta till en så bra stund som möjligt.

Är det något särskilt du tänkt på inför samtalet med ...*namn*?

Det är helt normalt att inte riktigt veta vad man ska säga.

Vet du ungefär vad du vill prata med henne/honom om?

Erbjud stöd

Om du vill kan jag dela med mig av min och andras erfarenhet i liknande situationer:

- Det som brukar vara bäst är kärleksfullhet, uppmuntran och tröst.
- Det brukar vara bra att säga även det som kan tyckas vara uppenbart. Som att det känns konstigt att prata via videolänk, att du önskar ni kunde ses på riktigt, att du gärna hade velat komma (förutsatt att det är uppriktigt).
- Några saker som kan kännas bra att prata om eller att ha fått säga:
 - o Visa omtanke/kärlek: jag tycker så mycket om dig/jag älskar dig/jag kommer sakna dig.
 - o Be om eller ge förlåtelse för något, om det finns anledning till det.
 - o Uttrycka tacksamhet: tack för allt som du har gjort för mig/för allt som har varit.
- Hur låter det för dig?

Nästa steg

Du behöver inte säga farväl vid slutet av varje samtal. En bra avslutning kan vara: hej så länge, jag älskar dig.

Känner du dig redo att prata med ...*patientens namn*?

Jag kommer hålla skärmen och finns här vid ...*namn* sida. Men jag deltar inte i samtalet, om ni inte ber mig om det.

Eller:

Patientens namn... håller skärmen själv men jag finns i närheten och kan hjälpa till om det behövs, men jag deltar inte i samtalet om ni inte ber mig.

Efter att patienten och den närstående har pratat färdigt

Den närstående kan behöva någon slags bekräftelse från dig eftersom deras kontakt med patienten är begränsad via skärmen och du är den som har varit närmast patienten under samtalet.

Jag tror/märkte att han/hon hört dig även om han/hon inte kunde säga något.

Jag är säker på att det blev ett fint/betydelsefullt samtal för ...*namn*.

Om någon hade sagt så till mig hade jag blivit glad.

Det var fint sagt!

Förvänta dig reaktioner från den närstående efter samtalet och bemöt dem

Stanna gärna kvar på linjen så jag får höra hur du har det.

Jag kan tänka mig att det här väcker mycket hos dig.

Hur känns det nu? Är det något speciellt du/Ni tänker på?

Det verkade som att ni stod varandra nära/att han/hon betydde mycket för dig.

Har du någon som du kan prata med nu?

(Om svaret är "nej" – hänvisa till de stödresurser ni vanligtvis hänvisar till.)

Fler fraser och tips till den närstående som kan vara bra att kunna ta till

- Du känner din närstående bäst, så lita på vad du själv känner att du vill säga.
- Det är okej att berätta att du vet att tiden är kort.
- Om den sjuke talar i klarspråk om döden, så kan du också göra det.
- Detta är rätt tillfälle att säga det du vill ha uttryckt, som du kanske aldrig tidigare sagt, eller vill säga en sista gång. Vet du vad du vill ha sagt?
- Om ni är flera, prata en i taget och prata långsamt.
- Det är helt naturligt att bli ledsen och börja gråta. Det går att prata ändå även om det kommer tårar. Försök att andas lite långsammare så brukar det gå lättare, vi har en tendens att kväva våra känslor.