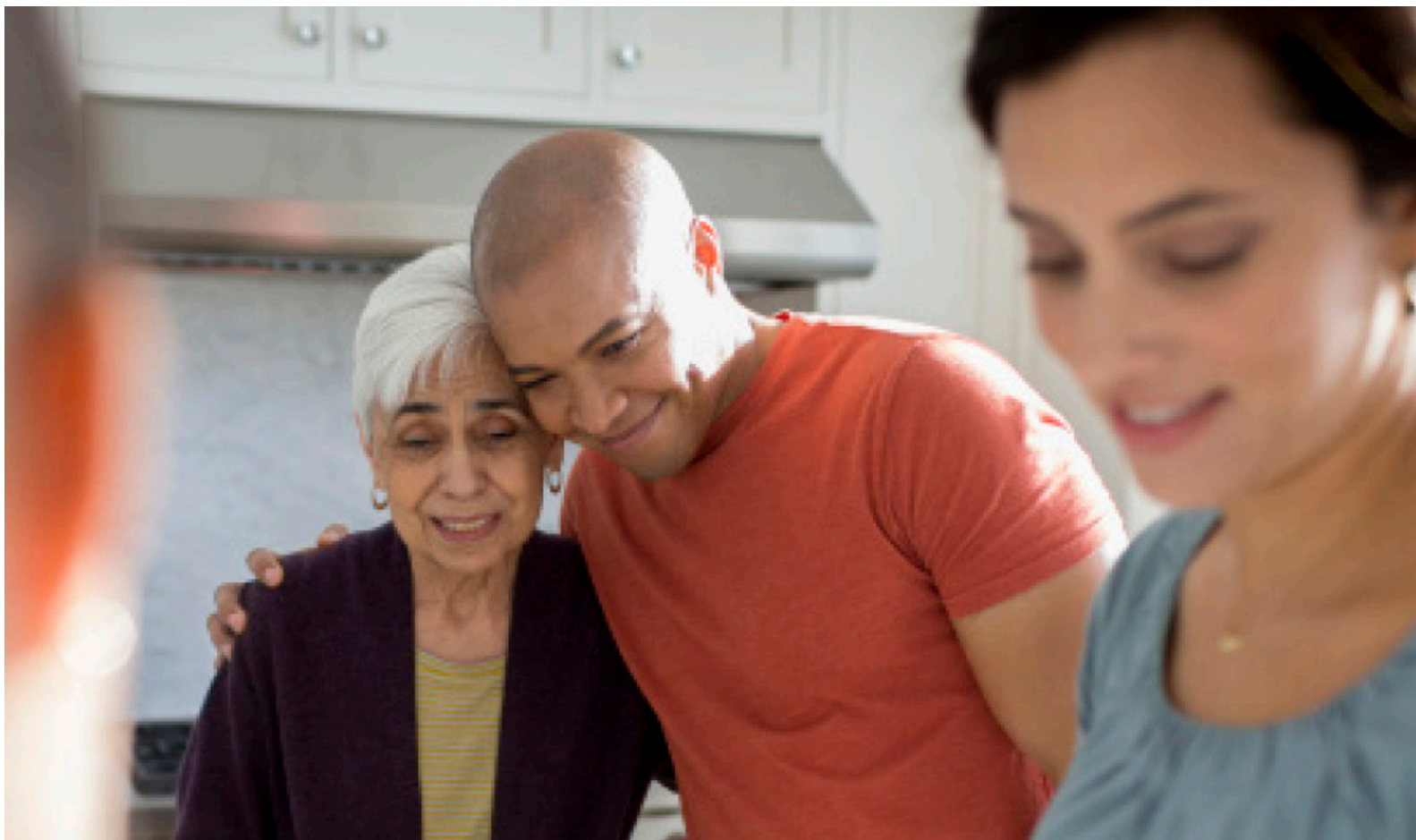


תמיכה במצבים קריטיים



לחיות עם המוות

כשאנשים שאנחנו אוהבים חולים במחלה סופנית (או אפילו אם אנחנו אלה שחולים), אנחנו חייבים למצוא דרך לחיות עם המוות. לחיות עם מוות הוא שילוב מורכב של רגשות, החלטות ופעולות.

רגשות



לפני יותר משני עשורים, הפסיכיאטרית של אוניברסיטת שיקגו, ד"ר אליזבת קובלר-רוס, זיהתה שלבים שונים שאנשים גוססים עשויים לחוות. משפחותיהם חוות לעתים קרובות את אותם הרגשות. השלבים לא בהכרח מתקדמים בסדר הרשום. יתר על כן, האדם הגוסס, ואלה שאוהבים אותו או אותה, עשויים לעבור בין שלב לשלב בחלק מהשלבים הללו או כולם. הידע לגבי השלבים הללו עשוי לעזור לנו להבין את התגובות של האדם הגוסס - ואת התגובות שלנו.

- **הכחשה:** "אני רוצה חוות דעת נוספת."
- **כעס:** "למה הרופא/ה לא הבחינה/ה בזה מוקדם יותר?"
- **משא ומתן:** "בבקשה תן לי מספיק זמן כדי לראות את הבת שלי מתחנת."
- **דיכאון:** דיכאון על דברים שלעולם לא נעשה שוב ועל דברים שלעולם לא נספיק לעשות בכלל.
- **קבלה:** הקבלה אינה תקופה שמחה או תקופה עצובה. היא פשוט מה שהיא.

לפעמים אנחנו יכולים לראות את האובדן מגיע לפני שהוא קורה. אולי חבר/ה או בן/בת משפה סובלת ממחלה סופנית, ובמקרה זה אנו עשויים להתחיל בתהליך האבל בעודם בחיים. במובן מסוים, אנחנו מתאבלים על הציפייה למוות. זה ידוע בתור אבל מקדים.

החלטות

- עבור האדם עם המחלה, אחד ההיבטים החשובים ביותר של חיים עם מוות הוא הבטחת שקט נפשי לגבי הטיפול שלו/שלה בסוף חייה/חיו. זה נקרא תכנון טיפול מראש, וזהו התהליך של הבטחת רצונות הטיפול בהם אם אין להם יותר את היכולת לבטא אותם בעצמם.
- הם צריכים להחליט על הסוג הספציפי של טיפול סוף החיים שהם רוצים (או לא רוצים) ולהחליט על מי הם סומכים שיבצע את רצונותיהם.



פעולות



חשוב שההחלטות הללו יהיו מתועדות. מסמכים אלו ידועים כהנחיות מקדימות. הם שילוב של צוות חיים (ששונה מצוואה לאחר המוות) ושל יפוי כוח רפואי.

פעולה חשובה נוספת שיש לשקול היא שימוש בשירותי הוספיס במהלך 6 החודשים האחרונים לחייהם.

על פי קרן ההוספיס של אמריקה, הוספיס הוא:

- טיפול רפואי כדי לעזור למי שסובל ממחלה סופנית לחיות טוב ולאורך זמן רב ככל האפשר, בכדי להעלות את איכות החיים.
- צוות בין-תחומי של אנשי מקצוע המטפלים במצוקות פיזיות, פסיכו-סוציאליות ורוחניות המתמקד הן באדם הגוסס והן במשפחתו כולה.
- טיפול המתייחס לניהול תסמינים, תיאום טיפול, תקשורת וקבלת החלטות, בירור מטרות הטיפול ואיכות חיים.

במקרים רבים, טיפול הוספיס ניתן בבית, וכאמור לעיל, הוא מכסה את המטופל/ת ואת התא המשפחתי כולו.

הניסיונות לספק מרפא מוחלפים בטיפול פליאטיבי המתמקד בהפחתת הכאב ותסמינים אחרים של המחלה או המצב הספציפיים. מטופלים יכולים לבחור להשתמש במגוון שירותי ההוספיס כפי שהם מוצאים לנכון.

הרופא/ה שלכם יכול להמליץ על תוכנית באזור שלכם.

עבור האדם/האישה עם המחלה, אחד ההיבטים החשובים ביותר של חיים עם מוות הוא הבטחת שקט נפשי לגבי הטיפול שלו/שלה בסוך חייה/חייו.

תמיכה במצבים קריטיים כשאתם זקוקים לה

בקרו בכתובת optumeap.com/criticalsupportcenter לקבלת מידע ומשאבי תמיכה נוספים במצבים קריטיים.



Optum

אין להשתמש בתוכנית זו במקרי חירום או לצרכים דחופים. במקרה חירום יש להתקשר למספר 100 או לגשת לחדר המיון הקרוב. תוכנית זו אינה מהווה תחליף לטיפול רפואי או מקצועי. יש ליצור קשר עם הרופא/ה המטפלת כדי לקבל מידע על נושאי בריאות, טיפול או תרופות ייעודיים. עקב הפוטנציאל לניגוד אינטרסים, ייעוץ משפטי לא יוענק בנושאים שעלולים לכלול פעולה משפטית כנגד Optum או החברות המסונפות אליה, או כל ישות שדרכה המתקשר מקבל שירותים אלה באופן ישיר או עקיף (למשל, המעסיק או תוכנית שירותי בריאות). ייתכן שתוכנית זו ורכיביה לא יהיו זמינים בכל המדינות או עבור קבוצות בגדלים שונים והיא נתונה לשינויים. ייתכן שיחולו הגבלות והחרגות על הכיסוי.

Optum® הוא סימן מסחרי רשום של Optum, Inc. בארה"ב ובתחומי שיפוט אחרים. כל שמות המותגים והמוצרים האחרים הם סימנים מסחריים או סימנים רשומים או קניין של בעליהם הרלוונטיים. Optum היא מעסיק שמקפיד על שוויון הזדמנויות.

© Optum, Inc 2023. כל הזכויות שמורות. WF8463081 223388-092022 OHC