

Omvårdnadsåtgärder - Allmänt

Palliativ omvårdnad är komplex och innefattar aktiviteter som spänner över hela människans behov, exempel på detta är:

- att vårda den döende personens kropp
- kommunicera med patienten och de närstående
- utforma vårdmiljön
- organisera, planera och utvärdera vårdaktiviteter
- utvärdera patientens tillstånd
- vara närvarande för patienten och möjliggöra närhet för andra
- skapa en relation med den människa som vårdas

Människor i livets slutskede har oftast mycket begränsad ork, vilar ofta stor del av dagen, orkar knappt ur sängen eller att delta i ett längre samtal. Detta är naturliga steg när en människa ska dö.

Det är viktigt att patienten får behålla sin värdighet, känna meningsfullhet och får hjälp att leva så bra det går, livet ut. Det blir betydelsefullt att endast genomföra de åtgärder som kommer patienten till nytta och att avstå från insatser som inte leder till välbefinnande.

Att främja välbefinnande och ge en god symtomlindring är en av de absolut viktigaste uppgifterna för vårdpersonalen vid vård av svårt sjuka och döende människor. Omvårdnaden ska vara personcentrerad och patientens fysiska, psykiska, sociala och religiösa/andliga behov ska så långt det är möjligt tillgodoses. Patienten förlorar efter hand sina förmågor till aktiviteter i dagligt liv och behöver ökad hjälp med omvårdnaden. Genom att förebygga, tidigt upptäcka och behandla problem och symptom såsom till exempel smärta och illamående ges både patienten och närstående möjlighet till så god livskvalitet och välbefinnande som möjligt under patientens sista tid i livet.

En av de viktigaste delarna i den palliativa vården i livets slutskede är att lindra symptomen och öka välbefinnandet genom att ta reda på vad som besvärar patienten. För att upptäcka eventuella symptom är det därför av viktigt att varje verksamhet har en rutin för hur patienterna ska tillfrågas om vad som besvärar dem och i vilken grad.

Det är även viktigt att skapa en så lugn och trygg miljö som möjligt, oavsett var patienten vårdas. För att ge bästa möjliga omvårdnad i livets slutskede krävs närhet och närvaro.

Det bör finnas en individuell ordination av läkemedel som behov kan ges i injektionsform för att lindra smärta, illamående, ångest och rosslighet. [På intranätet under MAS/MAR finns mer information om behovsläkemedel.](#)

Dokumentägare: Lena Broberg
Gäller för: Individ- och familjeomsorgsförvaltningen, Sociala omsorgsförvaltningen, Vård- och äldreförvaltningen/
Version: 4
Senast reviderad: 2023-05-02
Revidering av dokumentet sker kontinuerligt.



Det är viktigt att kommunikation fungerar mellan vårdpersonalen, patienten och närstående. Samtal skapar tillit och kontinuitet, ger stöd och gör det lättare att förstå information, utvecklar vårdrelationer, ökar motivationen till förändring och att göra egna val, lindrar symtom, inger hopp och ger en inriktning för den sista tiden i livet. I vårdprogrammet kan man bland annat läsa om följande:

- Var ärlig och empatisk i kommunikationen om till exempel aktuell behandling och tillstånd eftersom det bidrar till ökad livskvalitet och välbefinnande.
- Lyssna aktivt, dvs. använd olika sätt att lyssna genom att till exempel nicka eller bekräfta med ljud, eller med tystnad.
- Observera personens kroppsspråk men sitt också tyst tillsammans.
- Var medveten om ditt eget kroppsspråk, om du känner dig stressad och inte har tid så be att få återkomma när det finns bättre tid

Förutom de symtom som beskrivs i processkartan "[Omvårdnadsåtgärder palliativ vård](#)" är följande områden av särskild vikt att tänka på i den palliativa vården i livets slutskede.

Sömn, vila och trötthet

Sömn och vila ses som de basala behoven. Vid sjukdom ökar sömnbehovet och sömnsvårigheter och sömnrubbingar är vanliga i livets slutskede. En störd nattsömn kan leda till att patientens livskvalitet försämras. Sömnsvårigheter kan bland annat bero på smärta, oro för framtiden, illamående, oro och ångest. Det är viktigt att ta reda på orsaken till sömnsvårigheterna och därefter så långt det är möjligt åtgärda dessa.

När döden närmar sig blir patienten på grund av minskad ork allt mindre intresserad av sin omgivning. Patienten sover mer och går mer och mer in i sig själv. Ibland kan patienten bli tillfälligt förvirrad.

Minskad medvetenhet

Det normala förloppet när en människa håller på att dö är att medvetandet minskar och att personen till sist blir medvetlös. Trots avtagande förmågor fungerar troligen ofta hörsel, känsel och kanske till och med lukt ganska länge.

Personlig hygien

Det är betydelsefullt för patienten att hen är ren, doftar som vanligt och känner sig så fräsch som möjligt. Använd gärna patientens egen tvål, parfym och rakkräm. Målsättningen är att patienten ska ligga bekvämt i en ren säng. Vänd ofta på kuddar och använd gärna stillsam beröring. Att smörja händer och fötter och ge mjuk massage kan minska oro och öka välbefinnandet.

Kroppstemperatur

Ändrad kroppstemperatur är vanligt i livets slutskede. Feber kan ha flera orsaker. Eventuell behandling av en infektion är en medicinsk bedömning. Omvårdnadsåtgärder vid feber kan vara att: hålla rummet svalt och luftigt, svalka av patienten, bädda sängen med svalare sängkläder, erbjuda vätska samt att ge frekvent munvård.



En patient som befinner sig i livets slutskede kan ha svårt att förmedla sig och sina behov. Det är därför viktigt att uppmärksamma tecken på att patienten fryser eller känner sig varm, och vidta åtgärder därefter.

Urin och avföring

När kroppsfunktionerna avtar och upphör att fungera påverkas även njurfunktion och urinproduktion. Förstoppning, diarré, och svårigheter att tömma urinblåsan är vanligt och kan ge obehag för patienten. Urinen blir mörk (koncentrerad) innan den upphör helt. På samma sätt avtar mängden avföring mot slutet och upphör ofta helt. Förvirring, smärta och oro kan vara tecken på förstoppning eller överfylld urinblåsa. Därför **bör** överfylld urinblåsa/urinstämma (vilket innebär att patienten inte kan kissa) och förstoppning uteslutas som orsak. Patienten ska få hjälp att vara ren, torr och luktfri.

Hud och kroppen

Inspektera hudkostymen dagligen. Håll huden ren och smörj torr och oelastisk hud dagligen med mjukgörande lotion eller kräm. Förebygg sår och hudskador genom att hålla huden torr, mjuk och smidig. För mer information om trycksår finns i Canea under sökordet: trycksår.

Ett tecken på att blodcirkulationen påverkas när döden är nära förestående är att händer och fötter blir kalla eller mörknar. Ett annat tecken är att huden blir blek och gulaktig eftersom blodet inte orkar ut i vävnaden när kroppen måste prioritera de vitala organens blodförsörjning. Ben och midja kan bli lite blåliga och fläckiga.

Tidiga tecken på förestående död kan till exempel vara:

- Avtagande intresse för/minskad uppmärksamhet på omgivningen eller händelser runt omkring, man går alltmer in i sig själv.
- En trötthet som inte går att vila bort.
- Avsaknad av hunger och törst.

Sena tecken på nära förestående död kan till exempel vara:

- Urinproduktionen avtar eller upphör.
- Patienten blir medvetandesänkt eller medvetslös.
- Ytlig, oregelbunden andning, eventuellt andningsuppehåll.
- Rossig andning.
- Kalla, blåmarmorade händer och fötter.
- Eventuell motorisk oro och plockighet.