

(What Can Happen When Someone is Dying: Information for Relatives or Friends - Arabic)

ما الذي يمكن حدوثه عند احتضار شخصٍ ما: معلومات للأقارب والأصدقاء



تاريخ النشر: فبراير ٢٠١٥

يعتقد الأطباء وطاقم التمريض أن قريبك أو صديقك في مرحلة الاحتضار حاليًا. ونحن نتفهم أن ذلك قد يكون وقتًا حزينًا وعصيبًا بالنسبة لك؛ لذا فإن أولوياتنا الرئيسية تتحصر في توفير أقصى قدر ممكن من الراحة لهم والحفاظ على كرامتهم وإمدادك بالدعم والمساندة قدر المستطاع.

سيناقش معك الموظفون أي قرارات تتعلق بالعناية بقريبك أو صديقك للتأكد من استيعابك للأسباب الخاصة بذلك، وسيحرصون بصفة دورية على الأطمئنان على حالة قريبك أو صديقك كما سيجرون أي تغييرات ضرورية للحفاظ على راحة قريبك.

يرجى عدم التردد في طرح أي استفسارات أو مخاوف قد تراودك. ويرجى كذلك إعلامنا عما كنت تريد المشاركة بصورة أكبر في رعاية قريبك أو صديقك، مثل المشاركة في التنظيف والعناية بالفم على سبيل المثال.

عند اقتراب اللحظات الأخيرة

قد تساعدك هذه النشرة على استيعاب بعض التغييرات التي قد تحدث عند احتضار شخص ما.

تحدث تغييرات بعينها داخل الجسم عند احتضار المرء. وعلى الرغم من صعوبة تلك التغييرات، إلا أنها تكون في العادة جزءًا طبيعيًا من استعداد الجسم للوفاة؛ حيث يتدهور عمل أجهزة الجسم المختلفة. وإذا كانت لديك أي استفسارات أو مخاوف بشأن تلك التغييرات، فيرجى عدم التردد في طرحها علينا.

قد تكون هناك صعوبة في التنبؤ بموعد وفاة شخص ما؛ حيث توفي المنية بعض الأشخاص بصورة مفاجئة دون سابق إنذار، بينما تتدهور حالة البعض الآخر بصورة بطيئة على مدار عدة أيام أو أسابيع. ومع ذلك، قد تظهر الأعراض التالية مع اقتراب موعد الوفاة:

- فقدان الشهية وصعوبة البلع وتناول الأدوية
- الإجهاد والضعف الشديد
- تغيير في نمط التنفس، كالتنفس الصاحب أو التنفس الضحل
- تغيير درجة حرارة الجسم ولون البشرة
- الارتباك و/أو الهيجان

فقدان الشهية وصعوبة البلع وتناول الأدوية

قد يفقد قريبك أو صديقك الرغبة أو الشهية في تناول الطعام أو الشراب. ومن ثم تكون رعاية الفم في هذه المرحلة ذات أهمية قصوى؛ لذلك، سنوفر الرعاية المنتظمة لقريبك أو صديقك للمحافظة على فمه رطبًا ومريحًا.

وإذا كان بوسع قريبك أو صديقك مواصلة تناول الطعام والشراب بشكل آمن، فمن الممكن أن يستمر ذلك لأطول فترة ممكنة. وإذا كانت لديك أي مخاوف تتعلق بقدرته على البلع، فيرجى التحدث إلى اختصاصي الرعاية الصحية الخاص، مثل أحد أفراد طاقم التمريض أو الأطباء.

وربما لا يعود قادرًا على تناول الأدوية عن طريق الفم؛ لذا سيحدد الأطباء الأدوية التي لا تزال ضرورية، وربما يقررون التوقف عن إعطاء بعض الأدوية الأخرى.

كما قد يصفون بعض الأدوية التي تساعد على الراحة إذا لزم الأمر.

وإذا كان قريبك أو صديقك يعاني من صعوبة في الابتلاع، فيمكنه تناول الأدوية من خلال إبرة رفيعة توضع أسفل الجلد؛ إذ يُغني ذلك عن الحقن المتكرر.

الإجهاد والضعف الشديد

مع مرور الوقت، يصبح قريبك أو صديقك على الأرجح أكثر ميلاً إلى النوم وحينما يستيقظ يكون أقل قدرة على التحدث معك. وربما يبدو عليه فقدان الوعي لعدة ساعات وحتى أيام في كل مرة؛ غير أننا نعتقد أنه على الرغم من أن الأشخاص الذين يحتضرون ربما يكونون غير قادرين على التحدث، لكنهم لا يزالون قادرين على السماع. لذلك، تحدث إلى قريبك أو صديقك كما لو كان بإمكانه سماعك، ولعلك ترغب في إراحته من خلال إمساك يديه.

التغيرات الطارئة على نمط التنفس

ربما تلاحظ حدوث تغييرات في نمط تنفس قريبك أو صديقك؛ فقد يكون تنفسه أبطأ أو ضحلاً أو أسرع قليلاً. ومع اقتراب الأشخاص من نهاية حياتهم، يقل نشاط الجسم وربما تقل حاجته إلى الأكسجين.

وفي بعض الأحيان، يكون التنفس صاخباً. ويرجع ذلك في الغالب إلى تكوّن مجموعة من الإفرازات الطبيعية في الصدر والحلق والتي يكون قريبك أو صديقك ضعيفاً للغاية بحيث لا يقوى على التخلص منها عن طريق السعال.

ومن الممكن أحياناً أن يساعد تغيير وضعيته في التغلب على ذلك أو ربما نمحه بعض الأدوية.

تغير درجة حرارة الجسم ولون البشرة

قد تلاحظ تغيراً في درجة حرارة جسم قريبك أو صديقك، وقد يبدو عليهم أحياناً الاحمرار أو البرودة. كما يمكن أن تشعر ببرودة في يديه وقدميه، أو قد تكون بشرته رطبة الملمس.

وربما يتغير لون بشرته؛ حيث قد تكون شاحبة أو ذات لون متبدّل.

ينبغي العلم بأن جميع تلك التغيرات طبيعية.

الارتباك و/أو الهيجان

قد تجد قريبك أو صديقك يشعر بالارتباك أو في حالة هيجان، وهو ما يمكن أن يكون أمراً مؤلماً. وأحياناً يكون المكوث بالغرفة أو الإمساك بيديه أمراً باعثاً على إحساسه بالارتباك.

وربما يكون هناك عدة أسباب لهذا الارتباك أو الهيجان. وسيعمل الموظفون على التأكد من وجود سبب لهذا العَرَض، مثل الألم أو الأرق أو الحاجة إلى تغيير وضع الجسم أو التبول، واتخاذ الإجراءات اللازمة لعلاج الحالة.

الدعم المقدم لك

يمكن أن يكون وقع كل تلك التغيرات البدنية مؤلماً بالنسبة لك بحيث يصعب عليك التأقلم معها، كما ندرك أن ذلك ربما يكون وقتاً حزيناً وعصيباً بالنسبة لك. ولذا، إذا راودتك أي مخاوف بشأن أي شيء، فيرجى التحدث إلى أحد أفراد طاقم التمريض أو الأطباء.

ونرجو ألا تسمح لأي مخاوف بشأن التحدث أو الإتيان بأي فعل خاطئ تمنعك من زيارة قريبك أو صديقك في ذلك التوقيت الحساس.

غالباً ما يكون المكوث بجواره مع عدم التحدث بأي شيء أمراً كافياً.

وإذا وجدت أنك لن تستطيع المكوث بجواره لأي سبب، فلا بأس.

ومع اقتراب لحظة الوفاة، ربما تشعر بالقلق أو الرعب، أو حتى يراودك شعور بالارتياح. وهذا أمرٌ طبيعيٌّ. وكثيراً ما يكون التحدث إلى أحد الأشخاص بشأن ما يجول بخاطرك أو ما يخالجك من مشاعر ومخاوف أمراً مفيداً.

ودائماً ما يكون الوداع صعباً للغاية ويمكن أن يحدث بعدة أساليب مختلفة؛ فبعض الأشخاص يرون أنه من المفيد ذكر الأمور التي يريدون ذكرها إلى قريبهم أو صديقهم، بينما لا يرى البعض الآخر أي داعٍ لذكر أي شيء على الإطلاق. وإذا حدثت الوفاة في غيابك، وهو أمرٌ محتمل، فمن الجيد معرفة أنك قد ودعت الفقيد – بالإضافة إلى ذكرك لأي شيء آخر أردت ذكره – بالطريقة التي ارتأيتها.

ربما تشعر بأنه من المهم أن تظل موجوداً أنت أو أي شخص آخر طوال الوقت، لكن يرجى تذكر أنه من المهم كذلك أخذ بعض فترات الراحة وتناول الطعام والشراب ومحاولة أخذ قسط من النوم.

وخلال ذلك الوقت، سواء كان ذلك بالمستشفى أو بالمنزل أو بماوى رعاية المحتضرين أو بأحد دور الرعاية، فقد ترغب في الاتصال بممثل عن طائفتك الدينية ناشداً الدعم والمساندة؛ حيث يكون مهتماً بمعرفة كيفية تأقلمك على الوضع كما سيسعد بالاستماع إليك ومعرفة القصص التي ترويها له عن قريبك أو صديقك، فضلاً عن منحك الدعم والمساندة. وفي المستشفى، يمكن أيضاً للخدمة الدينية أن تساعدك فيما ورد أعلاه إلى جانب أي احتياجات أخرى تتعلق بالديانة أو المعتقد.

التبرع بالأعضاء أو الأنسجة

إذا كنت تعلم بأن قريبك أو صديقك كان يرغب في التبرع بأعضائه أو كان مُسجلاً بسجل المتبرعين، فيرجى إعلامنا كي نناقش هذا الأمر. وفي بعض الحالات، قد يسأل أحد الموظفين عن مسألة التبرع بالأعضاء.

المزيد من الدعم

إذا كنت ترغب في الحصول على المزيد من المعلومات والدعم بشأن ما يحدث عقب وفاة قريبك أو صديقك، فقد نشرت مؤسسة Greater Glasgow and Clyde التابعة لهيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS) كتيباً عن المواساة بعنوان "المعلومات والدعم للأقارب والأصدقاء عند وفاة شخص ما". يرجى أن تطلب من أحد أعضاء الفريق القائم على رعاية قريبك أو صديقك الحصول على نسخة من هذا الكتيب.

كما نشرت الحكومة الأسكتلندية كتيباً بعنوان "ما يمكنك فعله عقب حالة وفاة في أسكتلندا"، والذي يقدم مجموعة من النصائح العملية في أوقات فقدان الأحبة. ويمكنك الحصول على نسخة من الكتيب من إدارة القانون المدني بالحكومة الأسكتلندية، هاتف رقم: ٠١٣١ ٢٤٤ ٣٥٨١، أو من هيئة إرشاد المواطنين، هاتف رقم: ٠٨٤٤ ٨٤٨ ٩٦٠٠، أو تنزيل نسخة من الموقع الإلكتروني التالي:

www.gov.scot/Publications/2013/03/9207/0

صفحات الملاحظات

يمكنك استخدام المساحة التالية لكتابة الأسماء وأرقام الهاتف المهمة أو الأسئلة التي قد تود طرحها.

الأسئلة المهمة التي تود طرحها

تمت كتابة هذا الكتيب "ما الذي يمكن حدوثه عند احتضار شخص ما – معلومات للأقارب والأصدقاء" على يد فريق العمل والممثلين العموميين من مؤسسة Greater Glasgow and Clyde التابعة لهيئة الخدمات الصحية الوطنية. ولا يسعنا إلا أن نتقدم بجزيل الشكر للمؤسسات والأفراد الذين قدموا تعليقات قيمة خلال عملية المشاورات.