



# **Vielä vähän matkaa**

Selkokielineen saattohoidon opas





# Sisällys

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| Sisällys.....                                    | 2  |
| Johdanto.....                                    | 3  |
| Saattohoidon alku.....                           | 4  |
| Missä saattohoitoa saa?.....                     | 5  |
| Saattohoito kotona .....                         | 5  |
| Saattohoito osastolla.....                       | 5  |
| Mitä oikeuksia saattohoitoon liittyy.....        | 6  |
| Miten ja milloin saattohoito on aloitettava..... | 7  |
| Aika saattohoidossa.....                         | 8  |
| Ajatuksia ja tunteita saattohoidosta.....        | 9  |
| Saattohoitopotilaan hoito.....                   | 11 |
| Kipu.....                                        | 11 |
| Kipeä suu ja ihohaavat.....                      | 11 |
| Ruoka ja juoma.....                              | 12 |
| Pahoinvointi, ummetus ja ripuli.....             | 12 |
| Hengenahdistus.....                              | 13 |
| Nesteen kertyminen.....                          | 13 |
| Leikkaukset ja muut toimenpiteet.....            | 13 |
| Antibioottilääkkeet.....                         | 14 |
| Unettomuus ja väsymys.....                       | 14 |
| Kuoleman lähellä.....                            | 15 |
| Kuolema ja sen jälkeiset toimenpiteet.....       | 16 |
| Omaisten tukeminen ja surun hoitaminen.....      | 17 |
| Lopuksi.....                                     | 18 |
| Lähteet.....                                     | 19 |



## Johdanto

Saattohoito tarkoittaa tilannetta, jossa sairauden parantaminen ei ole enää mahdollista. Tällöin hoidossa keskitytään kivun vähentämiseen ja siihen, että potilas saa hyvää hoitoa elämänsä loppuun asti. Saattohoitoon liittyy monia kysymyksiä, joita potilas ja hänen läheisensä miettivät. Kysymyksiä voi olla esimerkiksi hoidosta, lääkkeistä ja muista käytännön asioista. Lisäksi kuoleman lähestyminen herättää kysymyksiä ja ajatuksia, joista on hyvä keskustella yhdessä. Tämä kirja kertoo selkokielellä, mitä saattohoito on ja millaisia asioita siihen liittyy.





## Saattohoidon alku

Saattohoito on vakavasti sairaan ihmisen hoitoa. Lääkärit eivät voi enää parantaa potilasta, mutta he voivat vähentää oireita, esim. kipua ja kärsimystä. Sairaus voi olla esimerkiksi syöpä, mutta myös monet muut sairaudet ja tilanteet voivat olla syy saattohoidolle.

Oireenmukainen hoito jatkuu, kunnes potilaan kunto heikkenee. Potilaan viimeisiä vaiheita kutsutaan nimellä saattohoito. Saattohoito on siis osa palliatiivista hoitoa.

Saattohoidossa tärkeimpiä ovat potilaan ja perheen toivomukset ja tarpeet. Potilasta ja hänen perhettään voidaan tukea monella tavalla. Tärkeää on turvallisuuden tunne sekä tunne siitä, että potilaan kanssa on joku toinen ihminen. Potilasta ja hänen läheisiä ihmisiään, perhettä ja ystäviä, autetaan myös valmistautumaan lähestyvään kuolemaan.

### Palliatiivinen hoito

Jokaisen potilaan hoitopolku on erilainen. Aluksi tavoite on, että potilas parantuu. Jos potilaan parantaminen ei ole mahdollista, siirrytään oireenmukaiseen hoitoon eli palliatiiviseen hoitoon. Se tarkoittaa, että potilaasta huolehditaan ja oireita sekä kipua hoidetaan. Lääkärit eivät kuitenkaan enää mieti, miten potilas saadaan kokonaan terveeksi vaan miten hänellä on hyvä olla juuri nyt.

# Missä saattohoitoa saa?

Saattohoidossa potilasta hoidetaan terveyskeskuksen vuodeosastolla, sairaalassa, vanhainkodissa, saattohoitokodissa tai potilaan kotona.

## Saattohoito kotona

Saattohoito voi tapahtua potilaan kotona. Tavoitteena on, että elämä tuntuu normaalilta. Kotona täytyy olla vähintään yksi omainen, joka haluaa hoitaa ja sitoutuu siihen. Muut läheiset ja ystävät voivat auttaa ja olla tukena.

Potilaan lääketieteellinen hoito on aina kunnallisen tai yksityisen kotisairaanhoidon vastuulla.

Jos potilas tarvitsee kotiin apuvälineitä, hän voi saada esimerkiksi sairaalasängyn, wc-tuolin, rollaattorin tai pyörätuolin.

Saattohoito ja kuolema kotona vaativat omaisilta voimia ja kestävyyttä. Ongelmatilanteissa potilas itse tai omaiset voivat soittaa kotisairaanhoidon puhelinnumeroon, josta vastataan ympäri vuorokauden. He voivat siis aina saada neuvoja tai kotisairaanhoitaja voi tulla käymään potilaan luona.

Saattohoitopotilaan kuolemaan kotona on hyvä myös valmistautua etukäteen. Potilas ja omaiset voivat keskustella yhdessä siitä, mitä tapahtuu kuoleman jälkeen ja millaisia toiveita potilaalla on asian suhteen.

## Saattohoito osastolla

Kun potilaan hoitaminen kotona ei ole mahdollista, potilasta hoidetaan terveyskeskuksessa, saattohoitokodissa tai sairaalassa. Niissä hoitajat voivat auttaa ja seurata potilasta koko ajan. Tällainen hoitopaikka on hyvä ja yleinen vaihtoehto, jos hoitaminen on kotona ei ole mahdollista. Saattohoitokoti ottaa potilaita joka puolelta Suomea.

### Saattohoitokoti

Saattohoitokoti on hoitopaikka, joka on erikoistunut oireenmukaiseen hoitoon. Saattohoitokoti on tarkoitettu potilaille, joilla on elämää vähän jäljellä vakavan sairauden takia.

Potilas tarvitsee aina lääkärin lähetteen, että hän pääsee saattohoitokotiin. Jos on tarkoitus, että potilaan kotikunta maksaa saattohoidon kustannukset, potilaalla täytyy olla myös kunnan maksusitoumus.

Suomessa on neljä saattohoitokotia. Ne ovat Terhokoti Helsingissä, Karinakoti Turussa, Pirkanmaanhoitokoti Tampereella ja Hoitokoti Koivikko Hämeenlinnassa.

## Mitä oikeuksia saattohoitoon liittyy

Saattohoidossa potilasta hoidetaan hyvin, ja hänen ihmisarvoaan kunnioitetaan. Hänen mielipiteitänsä ja toiveitansa arvostetaan. Hoitoon eivät saa vaikuttaa potilaan sukupuoli, ikä, terveydentila, vamma, uskonto eivätkä muut vastaavat asiat. Lääkärin velvollisuus on kertoa potilaalle rehellisesti ja avoimesti sairaudesta, hoitovaihtoehtoista ja sairauden ennusteesta.

Jos potilaan sairautta ei voida parantaa, lopetetaan hoitotoimenpiteet, joista ei ole hyötyä.

Hoitopaikka järjestää hoidon niin, että potilaan läheiset ihmiset voivat olla hänen kanssaan mahdollisimman paljon. Hyvään saattohoitoon kuuluu, että hoitohenkilökunta tukee omaisia ja valmistaa heitä potilaan kuolemaan.

Hoitohenkilökunnan ja potilaan välillä on hoitosuhde. Hyvä hoitosuhde on sellainen, jossa hoitajat ovat rehellisiä. On tärkeää, että potilas voi luottaa hoitajiin ja että hänen olonsa on turvallinen.

Lain mukaan potilaalla on oikeus kieltäytyä hoidoista, jos hän ei halua niitä. Siksi hoitoon tarvitaan aina potilaan lupa. Potilas voi kertoa toiveistaan hoitotahdolla. Hoitotahto kertoo, miten potilas haluaa, että häntä hoidetaan.

### Hoitotahto

Potilas voi kertoa omia toiveitaan hoidosta hoitotahdolla. Potilas voi tehdä hoitotahdon, joka rajoittaa hoitotoimenpiteitä. Potilas ei voi siis pyytää uusia hoitoja, mutta hän voi päättää, että lääkärit eivät saa tehdä hänelle joitain hoitoja.

Hoitotahto on parasta tehdä kirjallisena, jos potilas voi sen allekirjoittaa. Jos potilas itse ei pysty kertomaan tahtoaan hoidosta, lääkärin täytyy saada potilaan läheisiltä tietoa potilaan toiveista ja arvoista.

# Miten ja milloin saattohoito on aloitettava

Saattohoidon aloittamisesta päättävät potilasta hoitava lääkäri, potilas ja omaiset yhdessä. Ennen saattohoitopäätöstä käydään hoitoneuvotteluja.

Hoitoneuvotteluissa keskustellaan kaikista asioista, jotka liittyvät potilaan sairauteen ja sen hoitoon. Myös eri hoitovaihtoehtot käydään läpi. Silloin puhutaan myös hoidon tulevista vaiheista, esimerkiksi saattohoidosta.

Kun saattohoidosta on tehty päätös, laaditaan yhdessä hoitosuunnitelma.

Kun parantavat hoidot eivät auta potilasta, tehdään päätös, että ne lopetetaan. Syöpätaudeissa tämä tarkoittaa, että leikkaushoito ja sädehoito lopetetaan. Näillä hoidoilla on usein hankalia sivuvaikutuksia.

Potilaalle annetaan kuitenkin hoitoja, jotka lievittävät oireita. Tavoitteena on, että potilaan loppuelämä on mahdollisimman hyvä.

## Saattohoidon hoitosuunnitelma

Potilaalle valitaan hoitopaikka, joka sopii hänelle parhaiten. Potilaalla pitäisi olla mahdollisuus itse valita, onko hän kotona vai esimerkiksi sairaalassa tai saattohoitokodissa. Suunnitelma riippuu taudin etenemisestä, ennusteesta ja hoidon mahdollisuuksista.

Samalla keskustellaan myös muista käytännön hoitoasioista, esimerkiksi siitä, miten potilaan kipuja hoidetaan. Potilas voi kertoa myös omia mielipiteitään ja tuntemuksiaan sairaudesta ja sen hoidosta, esimerkiksi arjen järjestelyistä, hoitotoiveista, sairauden kokemuksista ja peloista.



## Aika saattohoidossa

Saattohoidon alussa potilas voi olla melko hyvässä kunnossa.

Potilas ja omaiset voivat yhdessä miettiä, millaista ohjelmaa tai tekemistä potilas vielä haluaa.

Kenties päivää ilahduttaa kävelyretki pihalla tai ystävän vierailu.

Potilaan ja omaisten täytyy ottaa huomioon potilaan kunto.

Lisäksi on tärkeää, että omaiset ja hoitohenkilökunta kunnioittavat potilaan tahtoa siitä, miten hän haluaa viimeiset ajat viettää.

Saattohoidon aikana potilaan tila voi vaihdella paljon. Hän voi selviytyä kotona omatoimisesti tai sitten hän joutuu makaamaan sairaalassa vuodepotilaana.

Kun hoitohenkilökunta suunnittelee hoitotoimenpiteitä, täytyy aina ottaa huomioon potilaan kunto ja jäljellä oleva elinaika. Tärkeintä on, että potilas saa hyvän perushoidon. Perushoitoa ovat esimerkiksi ravinnon saaminen, puhtaudesta huolehtiminen ja lääkkeiden anto.



Hyvään perushoittoon kuuluu,  
että potilaan tarpeita kuunnellaan  
ja että ne otetaan huomioon.  
Esimerkiksi kampaajan, jalkahoitajan  
tai kosmetologin palvelut voivat olla tärkeitä.  
Ne saattavat piristää ja muistuttavat normaalista elämästä.

Saattohoidossa hoitohenkilökunta pitää huolta  
potilaan fyysisestä hyvinvoinnista.  
Tämä tarkoittaa esimerkiksi kivun hoitoa  
ja että hoidetaan sellaisia sairauden oireita,  
jotka aiheuttavat kipua.  
Potilaan täytyy saada apua myös esimerkiksi  
pahoinvointiin ja ummetukseen, nesteen poistamiseen,  
väsymykseen ja unettomuuteen.

Kun ihminen sairastaa vakavaa ja etenevää sairautta,  
joudutaan erilaisia hoitomuotoja miettimään  
uudesta näkökulmasta.  
Päätavoitteena on, että potilas ei tunne kipua  
ja että hänellä on turvallinen olo.

## Ajatuksia ja tunteita saattohoidosta

Hoitohenkilökunta hoitaa potilaan vaivoja ja oireita,  
joita potilaalla on saattohoidossa.  
Lisäksi hoitoon kuuluu,  
että henkilökunta auttaa ja tukee henkisesti  
potilasta sekä hänen läheisiä ihmisiä.

Hoitohenkilökunta tarjoaa potilaalle miellyttävän ympäristön.  
On tärkeää, että omaiset ja läheiset ihmiset  
saavat olla aina paikalla, jos potilas haluaa niin.

Sairastaminen merkitsee avuttomuutta.  
Joutuminen hoidon kohteeksi ja  
oman päätösvallan menettäminen  
voi olla vaikeaa tai ahdistavaa.

Koska potilaan itsemääräämisoikeus vähenee,  
omanarvontunne voi myös kärsiä.  
Tämä voi aiheuttaa ahdistusta.  
Hoidon tehtävä on pitää yllä tai palauttaa turvallisuus  
ja mahdollisuus päättää siitä, mitä itselle tapahtuu.

Saattohoitopotilaan kärsimystä voivat lisätä  
pelot, masennus, epätoivo ja viha.  
Potilas voi olla vihainen lääkäreille tai vaikka jumalalle,  
koska sairautta tai tautia ei voida parantaa.  
Myös potilaan läheiset ihmiset voivat tuntea samoja tunteita.  
Kun hoitohenkilökunta kohtaa potilaan tai perheen  
on tärkeää myönteinen ilmapiiri,  
jossa kaikkia asioita ja tunteita  
voidaan kokea ja käsitellä yhdessä.

Lähestyvä kuolema nostaa esille  
elämän perimmäisiä kysymyksiä,  
esimerkiksi ajatuksia siitä,  
mitä kuoleman jälkeen tapahtuu.

Kun potilas valmistautuu kuolemaan,  
hän voi haluta muistella elämäänsä ja kokemuksiaan.  
Muistelun lisäksi potilas voi tarvita  
muuta henkistä tukea.

Potilas voi haluta esimerkiksi  
sielunhoitoa eli uskonnollista tukea.  
Sitä ovat esimerkiksi rukoileminen,  
raamatun tai hartauskirjojen lukeminen  
ja virsien laulaminen.

Lähtökohtana on se, että hoitajat kunnioittavat  
potilaan uskontoa tai muuta vakaumusta.  
Jos potilas haluaa, voidaan paikalle kutsua  
potilaalle läheisen kirkon työntekijä,  
esimerkiksi pappi.

Myös hoitohenkilökunnan tehtävä on kuunnella,  
jos potilas haluaa puhua asioistaan.

# Saattohoitopotilaan hoito

## Kipu

Potilaalla voi olla monia kipuja,  
kun tauti on edennyt pitkälle.  
Lääkärit arvioivat kipujen syytä ja sitä,  
miten kipuja voidaan lievittää.

Hoito mietitään näitä erilaisia kipuja vastaan.  
Potilas on itse kivun paras arvioija.  
Kipu voi johtua esimerkiksi vaurioista,  
joita potilaalla on elimissä sekä muista asioista.  
Kipuja on erilaisia:  
Kipu voi olla särkyä tai jomotusta.  
Se voi myös olla polttavaa, viiltävää tai pistävää,  
tarkasti yhteen kohtaan liittyvää.

Kivun hoitoon käytetään usein monia lääkkeitä.  
Lääkeannokset suunnitellaan huolella niin,  
että ne tehoavat ennen kuin kipu palaa.

## Kipeä suu ja ihohaavat

Saattohoitovaiheessa potilas usein juo vähän,  
mikä voi aiheuttaa kipua suussa.

Suussa voi olla myös esimerkiksi sienitulehdus.  
Silloin kieli punoittaa ja se on usein varsin kipeä.  
Suun kipu voi vaatia voimakkaiden  
kipulääkkeiden käyttöä.

Jos juominen on vaikeaa,  
myös suun kostuttaminen auttaa.  
Jääpalat tai jäämurska  
tuntuvat usein hyvälle suussa.  
On olemassa myös kosteuttavia voiteita.  
Suun säännöllinen puhdistus  
ehkäisee ongelmien syntyä.

Kun potilas on paljon vuoteessa,  
iho menee helposti rikki.  
Ohut iho ja laihtuminen lisäävät  
haavaumien riskiä.  
Esimerkiksi selkärankaan ja kantapäihin  
tulee haavoja helposti.

## Sivuvaikutukset

Lääkkeillä voi olla sivuvaikutuksia.  
Se tarkoittaa, että hyvien asioiden lisäksi  
lääke voi aiheuttaa potilaalle  
myös vaivoja.

Sivuvaikutuksia ovat  
esimerkiksi pahoinvointi ja ummetus  
Vahvojen kipulääkkeiden takia  
potilaan olo voi olla joskus väsynyt  
ja tokkurainen.  
Jos lääke aiheuttaa enemmän  
haittaa kuin hyötyä,  
täytyy annostusta muuttaa  
tai vaihtaa kokonaan lääkettä.  
Lääkkeiden oikea määrä  
vähentää sivuvaikutuksia.  
Lisäksi sivuvaikutukset ovat suurempia,  
kun lääke on uusi.  
Yleensä sivuvaikutukset vähenevät,  
kun potilaan elimistö tottuu  
uuteen lääkkeeseen.



Ihon kutina voi johtua ihon kuivuudesta.  
Myös jotkut lääkkeet kuivattavat ihoa.  
Ihon kosteudesta täytyy huolehtia säännöllisesti.  
Rasvaus perusvoiteella helpottaa oloa.

## **Ruoka ja juoma**

Ruokaan liittyy usein monia mielikuvia.  
Monet tuovat sairaalaan herkkuja.  
Se on tapa osoittaa hellyyttä ja välittämistä.

Vaikeasti sairaan potilaan voi olla vaikeaa niellä.  
Lisäksi ruoka voi imeytyä taudin vuoksi huonosti,  
vaikka potilas vielä jaksaisi syödä.  
Yleensä potilaan ruokahalu myös vähenee.

Usein suu tuntuu kuivalta kun tauti on edennyt pitkälle.  
Monet lääkkeet voivat aiheuttaa suun kuivumista ja janoa.  
Lisäksi esimerkiksi pahoinvointi voi aiheuttaa nestehukkaa.  
Kun potilas ei enää itse kykene juomaan,  
suun kostuttaminen  
pienellä vesimäärällä voi helpottaa oloa.

## **Pahoinvointi, ummetus ja ripuli**

Saattohoidossa pahoinvointi on yleistä,  
ja sille on monia syitä.  
Esimerkiksi syöpä aiheuttaa usein pahoinvointia.  
Myös lääkitys voi aiheuttaa sitä.  
Pahoinvointilääkkeillä voidaan vähentää  
oksentamista ja pahoinvointia.

Vahvat kipulääkkeet aiheuttavat lähes aina  
potilaalle ummetusta eli kovaa mahaa.  
Suoli toimii hitaasti myös siksi, että potilas syö vähän,  
saa nestettä vähän ja liikkuu vain vähän.  
Ummetusta voi helpottaa lääkkeellä,  
mutta se voi toisaalta aiheuttaa lisäksi ripulia  
eli löysää mahaa.  
Ripuli voi olla myös oire tulehduksesta suolistossa.

Ummetus ja ripuli häiritsevät päivittäistä elämää.  
Siksi hoidossa täytyy kiinnittää huomiota ruokavalioon ja siihen,  
että wc-järjestelyt ovat kunnossa.

## Hengenahdistus

Moneen sairauteen liittyy tunne, että hengittäminen on raskaampaa tai vaikeampaa kuin ennen.

Yleisimmät syyt ovat sydämen vajaatoiminta, tulehdukset, astma tai pelko.

Hengenahdistus aiheuttaa usein hätää potilaassa ja hänen läheisissään.

Usein oireet helpottuvat, kun potilas pysyy rauhallisena.

Potilasta voi auttaa hartioiden rentouttaminen sekä se, että potilas keskittyy hengittämään rauhallisesti. Potilaalle voidaan antaa myös lisää happea tai lääkkeitä, jotka helpottavat oireita.

Harvoin on kyse tilanteesta, jossa hengitystiet ovat tukossa.

## Nesteen kertyminen

Sairastamisen aikana nestettä voi joskus kertyä vatsaonteloon, keuhkopussiin, raajoihin, sukupuolielimiin tai kasvoihin.

Nesteen kertyminen ja turvotukset aiheuttavat runsaasti oireita. Niitä ovat esimerkiksi närästys, ummetus, pahoinvointi, painontunne ja kipu.

Yleensä neste otetaan pois vatsasta tai keuhkopussista ohuen letkun avulla. Lääkärit voivat myös määrätä lääkettä, joka poistaa nestettä.

## Leikkaukset ja muut toimenpiteet

Leikkauksista ei usein enää ole hyötyä saattohoitovaiheessa.

Leikkaus voidaan tehdä, jos esimerkiksi luu on murtunut ja se aiheuttaa kipua.

Leikkaus on potilaalle usein raskas. Leikkaushaavan paranemmen vaatii aikaa.

## Antibioottilääkkeet

Saattohoidossa antibiooteista ei yleensä ole paljoa apua, koska potilaan vastustuskyky on heikentynyt. Lääkäri voi määrätä potilaalle antibiootteja, jos niistä on potilaalle hyötyä.

## Unettomuus ja väsymys

Unettomuus merkitsee eri asioita eri ihmisille. Jonkun potilaan on vaikea nukahtaa, toinen herää yöllä ja kolmas potilas saattaa nukkua levottomasti koko yön. Potilasta saattavat huolestuttaa sairastamiseen ja kuolemaan liittyvät asiat, ja ne voivat vaikeuttaa myös nukkumista. Lääkärit voivat antaa erilaisia unilääkkeitä, että potilas saa paremmin unta ja lepoa.

Kun potilaan kunto huononee, myös vireystila laskee. Ensin hän ei enää jaksa tehdä sitä mitä ennen, sitten hän ei enää jaksa edes istua ja myöhemmin puhuminenkin rasittaa. Myös lääkitys lisää väsymystä. Saattohoidossa käytetään monia sellaisia lääkkeitä, jotka väsyttävät. Hoitona on lepo ja syöminen potilaan oman halun mukaan.

Vaikeaan sairauteen liittyy myös usein anemia eli raudan puute. Anemian takia veri ei voi kuljettaa happea elimistössä niin hyvin kuin normaalisti. Se aiheuttaa väsymystä ja hengenahdistusta. Saattohoitovaiheessa anemia on yleensä tullut vähitellen ja keho on tottunut siihen. Siksi sen oireet eivät ole niin pahoja, eikä siksi potilas ehkä tarvitse verensiirtoa.

### Verituotteiden antaminen

Verituotteet tarkoittavat valmisteita, joita tehdään verestä. Vapaaehtoiset terveet ihmiset luovuttavat verta, joka auttaa potilaita sairaaloissa. Yleensä verestä erotetaan kolme erilaista osaa, joita annetaan erikseen potilaille verensiirrolla. Nämä verituotteet ovat punasolut, verihiutaleet eli trombosyytit ja plasma.





## Kuoleman lähellä

Saattohoito johtaa kohti kuolemaa.  
Tarkoitus on, että kuolema on  
mahdollisimman kivuton ja turvallinen.

Kun kuolema lähestyy,  
ihmiset kokevat tilanteen hyvin eri tavoin.  
Kokemukseen voivat vaikuttaa esimerkiksi potilaan ikä,  
persoonallisuus ja tausta.  
Lisäksi myös sairauden vaiheet ja sen pituus  
voivat vaikuttaa kokemukseen.

Useimmat ihmiset kokevat saattohoidon aikana  
samankaltaisia tunteita.  
Niitä ovat kuoleman kieltäminen, vihan tunne,  
masennus, hyväksyminen ja toivo.  
Myös potilaan omaiset kokevat samoja tunteita  
ja tarvitsevat tukea.

Kun kuolema on jo lähellä, kipua usein vähenee.  
Hengitys muuttuu pinnalliseksi,  
katkonaiseksi ja äänekkääksi.  
Ihon väri muuttuu joskus laikukkaaksi  
ja potilaalla voi olla nielemisvaikeuksia.  
Kun kuolema lähestyy, potilaalle voi nousta korkea kuume.  
Jalat ja kädet viilenevät ja usein ne muuttavat väriään.

Joskus kuolemaan liittyy myös kouristuksia.  
Potilas voi olla sekava ennen kuolemaa.  
Parasta on, että tuttu ihminen on lähellä.

## Kuolema ja sen jälkeiset toimenpiteet

Yleensä kuolema on rauhallinen tapahtuma,  
johon ei liity mitään pelottavaa.  
Hengitys vain loppuu ja sydän lakkaa lyömästä.

Joskus potilas voi äännellä vielä ennen kuolemaa  
ja hänellä voi olla harhoja.  
Yleensä potilas ei tunne kuitenkaan kipuja.  
Vierellä oleva läheinen ihminen tuo turvallista oloa,  
vaikka potilas ei enää ehkä siitä keskustele.  
Lisäksi tämä yhteinen hetki voi olla tärkeä läheiselle,  
joka on ollut potilaan mukana saattohoidon eri vaiheissa.

Mikäli potilas on ollut kotona saattohoidossa,  
kuoleman jälkeen täytyy soittaa kotisairaanhoidajalle  
ja kertoa tilanne. Hoitaja tulee potilaan kotiin.  
Hän myös kutsuu paikalle lääkärin,  
joka toteaa potilaan kuoleman.

Poliisia tai ambulanssia ei tarvitse kutsua.  
Lääkäri ilmoittaa hautaustoimistoon,  
että kuollut potilas voidaan noutaa pois kotoa.  
Kuollut potilas voi myös olla kotona yön yli.

Jos potilas on ollut saattohoidossa sairaalassa,  
hoitohenkilökunta kutsuu omaiset paikalle heti,  
kun potilaan kunto alkaa heiketä.  
Yleensä vain potilaan lähimmät omaiset  
ovat paikalla kuoleman hetkellä.  
Kuoleman jälkeen on varattu aikaa myös muille omaisille,  
jotka haluavat käydä potilaan luona sanomassa hyvästi.

Tavallisesti vainaja on hyvästien aikana omassa sängyssään.  
Hoitohenkilökunnan täytyy varmistaa,  
että tilanne on rauhallinen ja turvallinen  
potilaan läheisille ihmisille.  
Hyvästelyn tarkoitus on, että läheiset ihmiset  
saavat aikaa ajatella asiaa ja tajuta,  
että potilas on kuollut.

Hoitava lääkäri kirjoittaa todistuksen kuolemasta.  
Hoitohenkilökunta lähettää todistuksen viranomaisille.  
Todistukseen liittyy myös hautauslupa,  
joka annetaan hautaustoimistolle.  
Lääkäri ei tee ruumiinavausta,  
koska saattohoitopotilaalla kuoleman syy tiedetään.

## Omaisten tukeminen ja surun hoitaminen

Kuolema koskettaa aina.  
Läheisillä ihmisillä herää paljon kysymyksiä,  
surua ja ikävän tunteita usein viikkojakin kuoleman jälkeen.  
Läheiset voivat silloin ottaa yhteyttä  
hoitohenkilökuntaan, joka hoiti potilasta.

Yleensä saattohoitovaihe koskettaa koko perhettä.  
Perheenjäsenet kokevat pelkoa ja ahdistusta.

He ovat joutuneet näkemään,  
kuinka sairaus aiheuttaa läheiselle ihmiselle  
kipua ja kärsimystä.  
He voivat myös pelätä tulevaa aikaa  
ja esimerkiksi raha-asiat voivat aiheuttaa huolta.

Suurin suru ja murhe on kuitenkin  
läheisen ihmisen menetys.  
Saattohoidon yksi tarkoitus on tukea potilaan lisäksi  
perhettä tunteissa, jotka liittyvät kuolemaan.

On tärkeää, että myös kuoleman jälkeen  
läheisillä ihmisillä on joku,  
joka voi kuunnella ja auttaa taas alkuun.

Useissa seurakunnissa toimii sururyhmä ihmisille,  
jotka ovat menettäneet läheisen ihmisen.  
Sururyhmään voi mennä, jos tuntuu,  
että tarvitsee tukea surun kantamisessa.

Myös vapaaehtoistyöntekijät voivat tukea  
potilasta ja heidän läheisiään.



## Lopuksi

Ihmisen elämä on matka.  
Se on jokaisella erilainen ja eripituinen.  
Saattohoidossa potilas ja omaiset tietävät etukäteen,  
että kuolema on tulossa.  
Heillä on ainakin jonkin verran aikaa  
ajatella ja valmistautua kuolemaan.  
Kun saattohoito onnistuu,  
se vie potilaan perille rauhassa ja turvallisesti,  
viimeiseen lepoon.  
Tässä oppaassa on kerrottu,  
millaista hoitoa on saattohoito.



## Lähteet

Juha Hänninen: Saattohoito-opas, 14. uudistettu painos,  
Etelä-Suomen Syöpäyhdistys 2015.

Irmeli Rämö: Pidä kädestä, Helsingin diakonissalaitos 2004.

**Vielä vähän matkaa**  
Selkokielen saattohoidon opas

Teksti: Eliisa Uotila  
Valokuvat: Tanja Räsänen  
Taitto: Päivi Honkonen

Selkokeskus 2017

ISBN 978-951-580-670-3

