

Að kveðja mömmu sína

Upplýsingar sem foreldrar/forráðamenn geta notað þegar ræða þarf við börn um yfirvofandi andlát. Áætlaður aldur barns 5-11 ára.



Þér hefur verið sagt að mamma þín sé mjög veik. Starfsfólkið gerir allt sem það getur til að mömmu þinni líði vel, en því miður getum við ekki læknað hana þannig að hún nái aftur heilsu.

Stundum þegar fólk er mjög mikið veikt starfar líkaminn ekki lengur eins og venjulega. Við getum séð þetta gerast af því að fólk sefur meira, vill ekki borða eða drekka og öndunin hefur jafnvel breyst. Þessar breytingar hafa verið að koma hjá mömmu þinni og starfsfólkið heldur að hún sé að deyja núna.

Þegar líkami mömmu þinnar hættir að starfa eins og hann á að gera, getur heyrst meira þegar hún andar.

Þig getur langað að vera hjá mömmu þinni, sem getur enn heyrt í þér og veit af þér hjá sér, þó hún geti ekki talað við þig. Sum börn vilja helst ekki vera hjá mömmu sinni þegar hún er svona mikið veik og það er allt í lagi.

Það er alveg eðlilegt að þykja erfitt að koma og sjá mömmu sína svona mikið veika en það er hins vegar líka mikils virði að koma og vera hjá henni þó hún geti ekki svarað þér. Það þarf ekki endilega að stoppa lengi, bara að kíkja við á stofunni hennar en vera svo frammi eða fara heim. Ef þú vilt ekki koma í heimsókn getur þú sent skilaboð, kort eða mynd með þeim sem fer í heimsókn til hennar. Mörgum líður samt betur með að hafa komið í heimsókn heldur en að hafa sleppt því.

Þegar einhver er að deyja getum við fundið fyrir margvíslegum tilfinningum. Við getum verið mjög sorgmædd, fundið fyrir reiði og fundist þetta allt mjög ruglingslegt. Mundu bara að það er engin rétt eða röng liðan.

Ef það er eitthvað sem þú skilur ekki eða hefur áhyggjur af, spurðu einhvern fullorðinn sem getur hjálpað þér. Þú tekur sjálfsgigt eftir því að fullorðnir í fjölskyldunni eru líka daprir eins og þú, en þeir vilja samt hjálpa þér.

Sumir eru í marga daga syfjaðir og slappir áður en þeir deyja en stundum verða breytingar á stuttum tíma. Það er mjög misjafnt. Það sem þú þarft að vita er að starfsfólkið fylgist mjög vel með hvernig mömmu þinni líður og gefur henni meiri lyf eða önnur lyf til að henni líði alltaf sem best.

Á þessum tíma ættir þú að reyna að borða og drekka, leika þér eða horfa á sjónvarpið og tala við vini þína eins og þú gerir venjulega.

Þegar fólk deyr stöðvast öll starfsemi í líkamanum. Fólk hættir að anda og hjartað hættir að slá. Húðin verður fölari og eftir smá tíma kaldari viðkomu.

Það er allt í lagi fyrir þig að snerta mömmu þína eða kyssa hana ef þú vilt. Þú munt ekki meiða hana því þegar fólk deyr finnur það ekki lengur til.

Eftir að einhver sem okkur þykir vænt um deyr getum við fundið fyrir alls konar tilfinningum, eins og leiða, reiði og jafnvel létti. Það er engin tilfinning sem er rétt eða röng en það getur verið gott að tala við einhvern fullorðinn um hvernig þér líður og spyrja líka ef það er eitthvað sem þú skilur ekki eða hefur áhyggjur af.

Að missa mömmu sína er erfitt og sársaukafullt. Þú munt aldrei gleyma mömmu þinni en seinna meir líður þér ekki eins illa eins og í dag.



Mundu að hún verður alltaf mamma þín og tíminn sem þið áttuð saman og sérstöku minningarnar ykkar munu alltaf fylgja þér.

Heimildir:

The Marie Curie Palliative Care Institute. Saying Goodbye to mum.
The Marie Curie Palliative Care Institute. Liverpool, UK

ÚTGEFANDI: LANDSPÍTALI LÍKNARDEILD NÓVEMBER 2017

UMSIÓN: SVANDÍS ÍRIS HÁLFDÁNARDÓTTIR HJÚKRUNARFRÆÐINGUR
OG SR. GUÐLAUG HELGA ÁSGEIRSDÓTTIR

LJÓSMYNDIR: WWW.SHUTTERSTOCK.COM

HÖNNUN: SAMSKIPTAÐEILD LSH