

# Problematika paliativní péče



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



---

Název projektu	Rozvoj vzdělávání na Slezské univerzitě v Opavě
Registrační číslo projektu	CZ.02.2.69/0.0./0.0/16_015/0002400

# Truchlení a pomoc truchlícím

---

PŘEDNÁŠEJÍCÍ

**PHDR. MGR. NADĚŽDA ŠPATENKOVÁ, PH.D., MBA**

# Truchlení - definice

---

komplexní psychologická, sociální, somatická a spirituální reakce na ztrátu.

Truchlí umírající

Truchlí jeho blízcí

(Špatenková, 2017; Kubíčková, 2001)

# Fáze dle E. Kübler-Ross

---

**NEGACE** (Šok, popírání).

*„Ne, já ne, pro mne to neplatí. To není možné. To je určitě omyl. Zaměnili výsledky.“*

**AGRESE** (hněv, vzpoura).

*„Proč zrovna já? Čí je to vina? Vždyť mi nic nebylo.“*

**SMLOUVÁNÍ** (vyjednávání).

Hledání zázračných léků, léčitelů a diet či pověr. Je ochoten zaplatit cokoliv.

**DEPRESE** (smutek).

Smutek z utrpěné ztráty, smutek z hrozící ztráty, strach z účtování, strach o zajištění rodiny.

**SMÍŘENÍ** (souhlas).

Zde by mělo dojít k vyrovnání. Nastává pokora, končí boj, je čas loučení.

# 3 fáze

---

## Úvod

- Kdy začíná truchlení?

## Stat'

- Jak dlouho to trvá?

## Závěr

- Kdy to (s)končí?



# Faktory determinující truchlení

---

Gender a věk

Sociokulturní aspekty

Náboženské a filozofické přesvědčení

Osobnost jedince a jeho tělesné a duševní zdraví

Předchozí životní zkušenosti

Vzory a modely z primární rodiny

Dostupnost a povaha opory

Charakter vztahu se zemřelým

Povaha „události“ a okolnosti, za kterých se o „tom“ dozví

Význam, který této události truchlící připisuje

# „Normální“ reakce na tělesné úrovni

---

Divný pocit kolem žaludku či v břiše

Stažené hrdlo/hrudník

Přecitlivělost (na pachy, hluk, světlo)

Pocit depersonalizace

Problémy s dýcháním

Svalová slabost a únava

Letargie

Sucho v ústech

Bušení srdce, bolest, píchání u srdce

Symptomy zemřelého



# „Normální“ reakce na emocionální úrovní

---

Smutek

Zlost a hněv

Pocity viny a výčitky

Úzkost a strach

Osamělost

Vyčerpání

Bezmocnost

Šok a otupělost

Touha

Úleva (pro některé)

# „Normální“ reakce na kognitivní úrovní

---

Nedůvěra

Zmatek, poruchy pozornosti a paměti

Obavy

Pocit přítomnosti zemřelého

Halucinace

„Vidění“ zemřelého

# „Normální“ reakce na úrovni chování

---

Poruchy spánku

Změny chuti k jídlu, změny v sexuálním životě

Stažení ze společenského života

Znepokojující sny/absence snů

Hyperaktivita/absence aktivity

Pláč

Ne/navštěvování míst spjatých se zemřelým, nošení připomínek

Opatrování majetku zemřelého

# Truchlící potřebují pomoc

---



# Exkurz do sociálních služeb

---

Novela zákona o sociálních službách: -nový druh služby:

**Sociální služby poskytované osobám  
v terminálním stavu.**

Těmto osobám by měly být sociální služby poskytovány ve speciálních lůžkových zdravotnických zařízeních hospicového typu nebo

v přirozeném sociálním prostředí umírající osoby terénní formou služby.

Nedílnou součástí služby by měla být také pomoc osobám blízkým, včetně péče o pozůstalé.

## **Sociální služby poskytované osobám v terminálním stavu by měly zahrnovat následující základní činnosti:**

---

Pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu.

Pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu.

Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím.

Sociálně terapeutické činnosti.

Aktivizační činnosti.

Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

### **Psychosociální podpora při umírání.**

Pastorační a duchovní péče.

**Pomoc osobám blízkým k vyrovnání se s traumatem spojeným  
s umíráním blízké osoby.**

---

Zaměříme na dvě z těchto základních činností:

**Psychosociální podporu při umírání**  
(dále jen „*podpora umírajících*“)

**Pomoc osobám blízkým k vyrovnání se s traumatem spojeným s umíráním  
a úmrtím blízké osoby**  
(dále jen „*pomoc truchlícím*“).

# Psychosociální podpora při umírání

---

Souhrn péče při naplňování psychosociálních potřeb umírajících.

Cílem dané služby by mělo být zajištění tzv. důstojného umírání uživatelů sociálních služeb.

Toho je možné dosáhnout:

- adekvátní podporou a péčí o umírající,
- reagováním na potřebu kontaktu nevnučujícím, soucitným způsobem,
- zajištěním pocitu bezpečí, zajištěním fyzického a emocionální pohodlí umírajících,
- uklidněním silně rozrušených osob,
- redukcí obav,
- nabídnutím praktické pomoci,
- poskytováním relevantních informací,
- podporou umírajících při zvládnání dané situace,
- porozumění jejich potřebám, hodnotám a preferencím,
- respektováním jejich potřeb a přání v oblasti péče.



# Podpora umírajících

---

se pojí primárně se sociálními službami, které jsou službami sociální péče;

jedná se zejména o služby, které jsou poskytovány jako pobytové, konkrétně:

- Domovy pro osoby se zdravotním postižením podle § 48
- Domovy pro seniory podle § 49
- Domovy se zvláštním režimem podle § 50
- Sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče podle § 52

# Podpora umírajících

---

může být poskytována také v **Pečovatelské službě** podle § 40, která je také službou sociální péče.

Tato služba se poskytuje ve vymezeném čase v domácnostech osob a v zařízeních sociálních služeb.

- „Pečovatelská služba je terénní nebo ambulantní služba poskytovaná osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, a rodinám s dětmi, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby.“

Základní činnost podpora umírajících může být fakultativně poskytována také v rámci jiných služeb, např. v sociální službě **Týdenní stacionáře** dle § 48 nebo sociální službě **Telefonická krizová pomoc** dle § 55.

# Podpora umírajících

---

Pomoc umírajícímu uvědomit si, že nastal čas umírání:

- žít přítomností, uvědomit si „nedokončenou práci

Pomoci umírajícímu (znovu)objevit smysl života

Pomoci umírajícímu přijmout jakoukoliv zprávu o jeho nemoci nebo blížící se smrti

- každý člověk reaguje na zprávu o nemoci a umírání po svém.

Pomoci umírajícímu formulovat a naplňovat jeho představy o důstojném umírání a smrti:

- učinit přání o místě umírání;
- o přítomnosti určitých lidí a jejich aktivitě (co ne/mají dělat);
- dát na vědomí přání ohledně pohřbu apod.

# Podpora umírajících

---

Poskytovat vlídný, citlivý, respektující lidský kontakt až do poslední chvíle.

Pomoci uživateli získat a udržet kontrolu nad způsobem, jakým prožije poslední měsíce nebo dny života:

- napomáhat v přijetí nebo odmítnutí určitých rozhodnutí.

Podpora vnějších zdrojů pro zajištění pomoci v procesu umírání

- např. pomoci zprostředkovat kontakt s nějakou osobou apod.

---

Většina lidí v ČR si přeje zemřít doma.

Přirozeným, domácím prostředím pro uživatele pobytových sociálních služeb může být právě pobytové zařízení.

Pokud si uživatel nepřeje něco jiného, pro uživatele služeb pobytového zařízení může být žádoucí prožít poslední měsíce a dny v tomto zařízení.

---

Pečující profesionálové v sociálních službách by měli disponovat určitými odbornými i osobnostními předpoklady

- empatie, autenticita, respekt, tolerance k odlišnosti, důvěrnost a důvěryhodnost, komunikační dovednosti, zejména schopnost aktivního naslouchání

Z tohoto důvodu by měli být všichni pracovníci v sociálních službách přiměřeně proškoleni v procesech týkajících se umírání a smrti a v paliativní péči.

Měli by získat základní informace o umírání, smrti, paliativní péči, podpoře umírajících a jejich blízkých apod.

Školení by optimálně mělo zahrnovat i praktické nácviky komunikačních dovedností v kontaktu s umírajícími a pozůstalými.

---

Poskytování základní činnosti podpora umírajících předpokládá součinnost různých pomáhajících profesionálů v rámci tzv. **multidisciplinárního týmu**.

V ideálním případě by některý ze členů tohoto týmu měl disponovat profesní kvalifikací

### **Doprovázení umírajících a pozůstalých**

(kód: 69-056-M)

**Poradce pro pozůstalé** (kód: 69-020-M) podle zákona 179/2006 Sb.

# Doprovázení umírajících a pozůstalých

---

kód: 69-056-M s kvalifikační úrovní NSK – EQF: 4

v Národní soustavě kvalifikací popsáno od 14. 10. 2015.

Jsou zde vymezeny také odborné způsobilosti, a to konkrétně:

- sebereflexe doprovázejícího;
- orientace v rituálech souvisejících se smrtí;
- doprovázení umírajících;
- doprovázení pozůstalých;
- vypravování pohřbu;
- základní orientace v oblasti postmortálních práv;
- vykonávání poslední vůle.



# Pomoc osobám blízkým k vyrovnání se s traumatem spojeným s umíráním a úmrtím blízké osoby (pomoc truchlícím)

---

Základní činnost spočívá v poskytování účinné, přiměřené a potřeby truchlících respektující psychosociální podpoře, v doprovázení v zármutku a v poradenství pro pozůstalé.

Pomoc truchlícím se pojí primárně se sociálními službami, které jsou službami sociální péče; jedná se zejména o služby, které jsou poskytovány jako pobytové, a to:

- Domovy pro osoby se zdravotním postižením podle § 48
- Domovy pro seniory podle § 49
- Domovy se zvláštním režimem podle § 50
- Sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče podle § 52

Také v rámci sociální služby Pečovatelská služba, případně v rámci služby Telefonická krizová pomoc.

# Pomoc truchlícím

---

spočívá v poskytování komplexní psychosociální péče osobám, které se vyrovnávají s traumatem spojeným s umíráním či smrtí jim blízkého uživatele sociálních služeb.

Zahrnuje podporu truchlících osob před, při nebo po smrti osoby blízké.

Je přitom poskytována ideálně multidisciplinárním týmem, který přiměřeně osobním potřebám truchlícího poskytuje **emoční podporu** při zvládnání obtížné životní situace, **doprovázení** v zármutku, **poradenství pro pozůstalé**, včetně **edukace**, a případně **sociálně-aktivizační činnost**.

# Pomoc truchlícím

---

je určena osobám, které z důvodu umírání nebo smrti blízké osoby mají obtíže s prožíváním situace truchlícího a často také přechodně snížené sociální fungování, a potřebují proto emoční oporu při zvládání obtíží, které provázejí snížené sociální fungování a snahu je obnovit.

Snížené sociální fungování zde znamená většinou přechodné omezení schopnosti zvládat jednak činnosti a kontakty provázející úmrtí blízké osoby

- např. rozloučení se zemřelým, vyřizování pohřbu a pozůstalosti na úřadech, přijímání projevů soustrasti apod.

a dále omezení schopnosti zvládat činnosti a kontakty v běžném životě

- např. údržbu a provozování domácnosti, vykonávání práce v zaměstnání, finanční operace apod.

# Pomoc pozůstalým

---

## Psychická pomoc

- např. zvládání vlastních emočních či myšlenkových reakcí na ztrátu blízké osoby a na reakcí lidí v okolí

## Sociální pomoc

- zvládání potíží ve vztazích, které mohou situaci truchlícího provázet)

## Pragmatická pomoc

- příprava pohřbu, zařizování úředních záležitostí, související finanční operace apod.), a emoční doprovázení při jejich vykonávání apod.

## Informační pomoc

- poskytování důležitých informací spojených s umíráním a úmrtím blízké osoby, např. informace o právech a povinnostech pozůstalých, o tom, kde se nachází tělo zemřelého a zda je možné, aby ho pozůstalí viděli apod.

## Ekonomická pomoc

- zajištěním sociálních dávek souvisejících s danou životní situací, tedy úmrtím blízké osoby – ovdověním, osiřením

# Žádoucí cílový stav

---

situace, kdy je uživatel schopen znovu se vrátit k plnému výkonu svých sociálních rolí:

- přijmout ztrátu smrti jako realitu,
- prožít si zármutek,
- zadaptovat se ve světě bez zemřelého
- a žít a fungovat dál i bez zemřelého co nejvíce podle svých představ, zvyklostí a preferencí.

Péče o pozůstalé by měla navazovat na péči, která je poskytována umírajícímu.

# Literatura

---

KÜBLER-ROSS, E. *O smrti a umírání*. Praha: Portál, 2015.

ŠPATENKOVÁ, N. *Poradenství pro pozůstalé*. Praha: Grada Publishing, 2008.

KUBÍČKOVÁ, N. *Zármutek a pomoc pozůstalým*. Praha: Nakladatelství ISV, 2001.

ŠPATENKOVÁ, N. a kol. *Krize a krizová intervence*. Praha: Grada Publishing, 2017.

ŠPATENKOVÁ, N. a kol. *O posledních věcech člověka*. Praha: Galén, 2014.

CHRASTINA, J., ŠPATENKOVÁ, N. *Sexualita a intimita v závěru života*. Olomouc: VUP, 2018.

Děkuji za pozornost.

---

Operátor audio-video záznamu **Eva Solanská**  
Cooperátor **Naděžda Špatenková**  
2020



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Název projektu	Rozvoj vzdělávání na Slezské univerzitě v Opavě
Registrační číslo projektu	CZ.02.2.69/0.0./0.0/16_015/0002400