

# Guide til samtale med pårørende om livets afslutning

Denne samtaleguide skal bidrage med inspiration og støtte til samtale mellem sundhedspersonale og pårørende til voksne borgere, som er ved livets afslutning.

Formålet med samtalen er at støtte den pårørende i situationen, så den pårørende bliver bedre rustet til at være der for borgeren / patienten (fremover kaldet borgeren).

## Indledning

Guiden er en hjælp til, hvordan du kan tænke pårørende ind i forløbet som en ressource og en samarbejdspartner. For eksempel i hjemmet inden en mulig indlæggelse eller undervejs i borgerens indlæggelse.

Gennem brug af samtaleguiden skabes der en fælles forståelse hos fagprofessionelle omkring tilgangen til pårørende og de tilbud, pårørende kan og bør tilbydes.

Undervejs i guiden bliver du præsenteret for emner, som du kan tale med de pårørende om, og forslag til spørgsmål, som du kan stille. Husk at det er individuelt hvordan og hvornår, der bør tales om de forskellige emner, og hvilke af spørgsmålene, der giver mening at stille i situationen.

Ved at møde de pårørende med anerkendelse, respekt og åbenhed er du med til at forbedre livskvaliteten for de pårørende i en svær tid.

Målet er at hjælpe den pårørende med at håndtere situationen og bidrage positivt til den pårørendes mentale sundhed.

# Fremgangsmåde

## Ved indlæggelse

I de tilfælde, hvor borgeren indlægges, bør pårørende tænkes ind som en ressource fra start. Den pårørende kan være en stor støtte for den indlagte borger, og kan hjælpe med at beskrive:

- Hvordan det har været den sidste tid derhjemme
- Bestemte ønsker og behov
- Eventuelle forhold, som skal tænkes ind i planlægningen af udskrivelsen

Den pårørende kan også have egne ønsker til forløbet, som borgeren ikke er klar over.

I sygdomsforløb, hvor borgeren er alvorligt syg eller døende, kan den pårørende have behov for omsorg. Her opfordres sundhedspersonale til at tilbyde nærmeste pårørende en samtale, hvor der skabes rum til at tale om følelser, behov og hvad der ellers fylder.

Hvis en borger terminalerklæres, vil der altid være behov for en samtale

## Ved indflytning på plejecenter

Ofte flytter borgere på plejecenter efter en periode med faldende funktionsniveau. I denne periode kan pårørende have været inddraget mere i borgerens hverdag. Selv efter indflytning på Plejecenter, kan borgeren have stor gavn af et fortsat tæt samarbejde med sine pårørende.

Det kan være en stor omvæltning at være pårørende til borgere, der flytter på plejecenter. Derfor kan de have behov for støtte og hjælp af personalet til, hvordan de kan være pårørende på en måde som gør, at de fungerer godt i hverdagen.

Denne hjælp kan komme i form af en samtale mellem de nærmeste pårørende og personalet. Samtalen tilbydes i henhold til det aktuelle plejecenters arbejdsgang og kan fx tilbydes i forbindelse med velkomstsamtalen, 14 dage efter indflytning eller ved den årlige opfølgning.

## Borger i egen bolig

I de tilfælde, hvor borgeren bor i egen bolig, bør sundhedspersonale inddrage de pårørende, når der opleves at være et stigende behov for personlig assistance. Det er op til den enkelte fagperson at vurdere, hvornår det giver mening. Det kan fx vurderes i forbindelse med den årlige sygeplejefaglige gennemgang, eller hvis der er en ændring i borgerens tilstand. Fagpersonen kan også stille sig selv det såkaldte overraskelsesspørgsmål: "Vil det overraske mig, hvis denne borger er død inden for 6-12 måneder". Er svaret "Nej", bør den pårørende muligvis tilbydes en samtale om forventninger og ønsker i forbindelse med borgerens afslutning på livet. Vurderes det af fagpersonalet, at det ikke er aktuelt, bør det overvejes, hvornår i forløbet det vil være hensigtsmæssigt at invitere til samtale med den pårørende.

# Samtalen

## Gode råd til samtalen

### 1) Tag samtalen så tidligt som muligt

Samtaler, der afholdes tidligt i forløbet, er med til at forebygge, at den pårørende oplever stor sårbarhed og mistrivsel.

### 2) Tag helst initiativ til samtalen før den pårørende selv gør det

Det er personalet, som har ansvaret for at sørge for at få inviteret til og afholdt samtalen med den pårørende, når det vurderes relevant. Husk også at aftale med den pårørende, om patienten skal informeres om samtalen.

### 3) Tag dig god tid

Samtalen kan vare kort eller lang tid, og det er vigtigt for den pårørendes oplevelse af forløbet, at samtalen kan forløbe naturligt og ikke forhastet.

### 4) Undgå forstyrrelser

Samtalen bør afholdes i et uforstyrret rum. Undgå også forstyrrende elementer som fx telefoner og larmende maskiner.

### 5) Tag styring på rammerne for samtalen

Du kan hjælpe samtalen på vej ved at fortælle den pårørende, hvad der skal ske under hele samtalen. Start fx med at fortælle, hvad I skal tale om og slut af med at opsummere eventuelle aftaler og den pårørendes forventninger og behov.

### 6) Skriv indhold og aftaler ned

Husk at skrive samtals indhold og eventuelle aftaler ned i dokumentationssystemet.

# Forslag til spørgsmål

## Den pårørendes oplevelse af situationen:

- Hvordan har du det?
- Hvad er dine tanker om situationen?
- Vil du fortælle mig lidt om, hvad du har af behov for hjælp og støtte?  
Føler du, at du får dine behov dækket?
  - [Hvis ja] Hvorfra?
- Er der noget, der er særligt svært for dig i den her situation?
- Hvordan sover du om natten?
- Husker du at spise og drikke?
- Snakker I sammen om de ting der foregår?  
Hvad med om de svære ting?
  - [Hvis nej] Hvordan har du med det?
- Føler du, at I har samme opfattelse af situationen?
- Er der noget, som du mener, at vi kan hjælpe med?
- Har du tidligere haft døden tæt på?

## Forventninger til hverdagen

- Har du nogle forventninger til, hvad der skal ske i løbet af den næste tid?
- Er der nogle ting, som du vil foretrække selv at gøre i forhold til [patientens navn]?
- Er der noget, som du ønsker, at vi skal tage os af?
- Hvordan kan vi bedst støtte dig under dette forløb?

## Tanker om fremtiden

- Hvordan forestiller du dig, at din hverdag ser ud om to uger? Hvad med om to måneder?
- Har I talt om, hvor [patientens navn] ønsker at tilbringe sin sidste tid?
- Har du gjort dig nogle tanker om, hvordan dit liv vil se ud når [patientens navn] ikke er her mere?
- Når du tænker på din fremtid, er der så noget, der gør dig bange eller nervøs?

## Afrunding af samtalen

- Hvordan har du det nu, hvor vi har haft den her samtale?
- Er der noget, som du ikke mener, at vi har talt om, som du har behov for at tale om?
- Er der noget, som du føler, at du ikke har fået sagt?
- Hvis der er noget, du kommer i tanke om, at du ikke har fået spurgt mig om eller sagt, så er du meget velkommen til at tage fat på mig [eller en af mine kolleger]. Hvordan lyder det?

Denne samtale guide kan ikke anvendes som en fast køreplan for samtalen, hvor den pårørende skal svare på spørgsmålene. Derimod kan spørgsmålene indgå som inspiration i en åben og uformel samtale.

# Guide til samtale med borgere om livets afslutning

Husk du kan også finde en guide til samtale med borgeren.

Udarbejdet til Projekt Livets Afslutning af



**VIBORG**  
KOMMUNE



**Silkeborg**  
KOMMUNE



**SKIVEKOMMUNE**

**midt**  
regionmidtjylland

**Hospitalsenhed Midt**  
Viborg, Silkeborg, Hammel, Skive



**PRAKTISERENDE  
LÆGERS  
ORGANISATION**

**PS!** Dansk Selskab for  
**PatientSikkerhed**

# Læs mere

**Viborg Kommune, støtte og aflastning til pårørende:**

<https://viborg.dk/service-og-selvbetjening/stoette-og-omsorg/stoette-og-aflastning-til-paaroerende/>

**Skive kommune, pårørendevejleder:**

<https://po.skive.dk/plejecentre/paaroerendevejledning/>

**Kræftens bekæmpelse, råd til pårørende:**

<https://www.cancer.dk/hjaelp-viden/rad-til-paaroerende/>

**Silkeborg kommune, Sundhedshuset, kursus for pårørende:**

<https://sundhedshuset.silkeborg.dk/Vores-tilbud/Paarorende>

**Hospitalsenhed Midt, hjælp og rådgivning, bl.a. info om hospitalspræster:**

<https://www.hospitalsenhedmidt.dk/patienter-og-parorende/hjalp-og-radgivning/>

**Hospitalsenhed Midt, patientvejledninger om Livets Afslutning for pårørende:**

<https://www.hospitalsenhedmidt.dk/patientvejledninger/livets-afslutning/>