



# Den Sidste Tid

Guide til samtale  
med borgerne  
om livets afslutning



JAMMERBUGT  
KOMMUNE

## Indhold

Introduktion.....	2
Behandlingsniveau.....	3
Genoplivningsforsøg.....	3
Fravalg af genoplivningsforsøg ved hjertestop .....	4
Den vigtige samtale.....	4
Tanker, følelser og overvejelser.....	7
Den sidste tid.....	8
Pjecer / supplerende materiale.....	8

## Introduktion

Denne samtaleguide er til for dig som medarbejder og skal bidrage med inspiration og støtte til samtalen med borgere om livets afslutning og døden.

Guiden er inddelt i emner, der bør tales om, og indeholder forslag til spørgsmål eller nyttige vendinger, samt gode råd. Derudover er der forslag til materialer, som kan være relevante at dele med borgeren. Målet med samtalen er, at borgerens ønsker til den sidste tid beskrives, så de kan imødekommes bedst muligt.

Det er individuelt, hvordan og hvornår der tales om de forskellige emner, og hvilke af de foreslåede spørgsmål, der passer bedst. Samtalen om livets afslutning skal måske foregå over flere, mindre samtaler. Andre gange vil det være bedre, at alle emnerne afdækkes under en enkelt samtale.

Der skal findes tid og rum til samtalen. Det er vigtigt, at du, inden invitationen til samtalen, sætter dig ind i borgerens sygdomshistorik, så du kan afklare, hvem der er den rette til at tage samtalen.

Det har stor betydning for mange borgere at have pårørende eller en læge med til denne samtale. Overvej derfor om dette er en mulighed.

Det er også muligt efterfølgende at holde et møde med pårørende.

Tænk på, at samtalen ofte startes spontant, når der i dagligdagen opstår en anledning, og det kan i mange tilfælde give en god og mere naturlig samtale. Alle, uanset faggruppe, vil kunne tage denne samtale – ofte er relationen det vigtigste!

## Behandlingsniveau

Der er særligt to årsager til, at det er vigtigt at tale om behandlingsniveauet med borgeren:

1. Borgeren får mulighed for at fravælge uønsket behandling
2. Personalet bliver afklaret om, hvilke handlinger de bør udføre i en given situation - både når forløbet går som forventet og ved akut forværring

En habil borger har altid mulighed for at fravælge bestemte behandlinger. Det er lægens beslutning, om en behandling skal tilbydes.

Vær opmærksom på at fortælle borgeren, at fravalg af livsforlængende behandling ikke er ensbetydende med, at alle former for behandling stoppes.

### Forslag til spørgsmål

- Har du nogle tanker om din fremtidige behandling og pleje?
- Er der noget, du ikke forstår, eller som du ønsker, at vi skal tale nærmere om?
- Vidste du, at du altid har mulighed for at sige nej tak til en behandling - også livsforlængende behandling?
- Hvilke tanker har du omkring det at blive indlagt på et sygehus?
- Skal al behandling og pleje så vidt muligt foregå hjemme?
- Har du et livs-/behandlingstestamente?

## Genoplivningsforsøg

Mange borgere kender ikke lovgivningen i forhold til genoplivningsforsøg, derfor er det vigtigt at oplyse om, hvad der er mulighed for selv at bestemme, og om, hvornår lægen skal involveres.

Til samtalen skal du som medarbejder være meget opmærksom på ikke at give indtryk af, at borgeren selv kan bestemme alt, da en del afgørelser vil være lægens.

## Fravalg af genoplivningsforsøg ved hjertestop

Fravalg af genoplivningsforsøg skal besluttes i samarbejde med en læge.

**Fravalget er først gyldigt, når det står skrevet i borgerens journal.**

### Forslag til spørgsmål

- Vi vil gerne blive klogere på, hvordan vi bedst kan være der for dig. Derfor vil jeg også gerne tale med dig om genoplivning.
- Ved du, at man sammen med sin læge kan beslutte, hvad der skal ske, hvis man får hjertestop?
- Har du gjort dig nogle tanker om, hvad der skal ske, hvis vi finder dig livløs, og dit hjerte er stoppet med at slå?
- Som personale er vi forpligtet til at gå i gang med genoplivningsforsøg, hvis ikke andet er aftalt. Hvad tænker du om det?

### Den vigtige samtale - tre forslag til ”invitation”:

1. Jeg vil gerne invitere dig (og dine pårørende) til en samtale om, hvordan vi kan give dig den bedst mulige omsorg og behandling.
2. Jeg vil gerne tale med dig (og dine pårørende) om dit helbred og din behandling og pleje. Hvad tænker du om at have sådan en samtale med mig?
3. Det er vigtigt for os at respektere dine behov og ønsker i forhold til livets afslutning. Derfor har vi også brug for at tale med dig om dem.

Når det er tid til at tage samtalen med borgeren, er det vigtigt, at du sikrer dig, at I er enige om, hvad formålet med samtalen er.

### Forslag til spørgsmål

- Vi har aftalt at tale om dit helbred og din behandling. Er der noget, som du har brug for, at vi skal snakke om?
- Har du nogle ønsker i forhold til livets afslutning, som du gerne vil fortælle mig om? Det kan både være stort og småt.
- Har du talt med dine pårørende om, hvad du har af ønsker?
- Har du nogle bekymringer omkring den sidste tid?
- Har du et livs-/behandlingstestamente?

Man kan også vælge at bruge sig selv om indgangsvinklen på samtalen - eksempelvis:

- Jeg har tænkt, at når jeg skal herfra så..., hvad med dig – har du gjort dig nogle tanker herom?
- Jeg har tænkt på, at i min sidste tid så..., hvad med dig, har du gjort dig nogle tanker herom?

Det er vigtigt, at du i samtalen med borgeren så vidt muligt bruger åbne spørgsmål, som inviterer til samtale. Og husk at lytte.

Tag gerne udgangspunkt i det, der fylder for borgeren, i stedet for at følge spørgsmålene punkt for punkt.

Vær ikke bange for, at der opstår pauser i samtalen – det giver tid til refleksion. Det er ikke pinligt, at der er tavshed!

Anerkend at samtalen kan være svær – forhold dig samtidig rolig, lyttende og neutral.

Sæt så god tid som muligt af til samtalen og sørg for, at I så vidt muligt kan tale uforstyrret.

## Redskaber til samtalen

Når du skal tage samtalen, er det vigtigt at huske de 3 D'er:

Vær Dum, Doven og Dig selv 😊

- Vær Dum: Vær nysgerrig og stil spørgsmål  
– også selvom svaret kan virke indlysende
- Vær Doven: Du skal ikke finde en løsning på problemet.  
Fokuser i stedet på at være til stede og at være lyttende
- Vær Dig selv: Husk at have dig selv med i samtalen, og at det er okay, at der bliver følelser indblandet, og at blive berørt!

Sørg for at afslutte samtalen godt – du kan evt. opsummere, hvad I har talt om.

Det er også vigtigt at sige til borgeren, at der til enhver tid vil være mulighed for at tage samtalen op igen.

Husk – det er vigtigt at få dokumenteret plan og aftaler fra samtalen.

## Forslag til spørgsmål

Vi vil gerne gøre, hvad vi kan, for at dine ønsker til din sidste tid bliver opfyldt. Har du nogle ønsker, du vil dele med os?

- Har du ønsker omkring livets afslutning?
- Har du gjort dig nogle tanker omkring selve døden?
- Hvordan ønsker du, at din sidste tid skal foregå?
- Hvor vil du gerne passes henne?
- Hvor vil du gerne dø henne?
- Er der nogle, som du ønsker at have omkring dig, når du dør?  
(pårørende eller evt. en våger)
- Har du nogle ønsker til, hvad der skal ske efter døden? For eksempel:
  - o Noget bestemt tøj, du gerne vil have på
  - o En særlig salme/sang, du gerne vil have sunget
  - o Hvad med udsyngning/diskretion?
  - o Har du nogle ønsker til din begravelse/bisættelse?

## Tanker, følelser og overvejelser

Det kan have stor betydning for borgeren at få lov at tale om de ting, der har givet livet værdi, og om ting, man har savnet eller været ked af.

Som sundhedspersonale kan vi være medvirkende til at skabe rum til at få talt om det levede liv, det liv der er tilbage, og hvordan vi gør den sidste tid så god som muligt.

### Forslag til spørgsmål

- Vil du fortælle mig om, hvad der giver dig glæde, indhold og mening i hverdagen?
- Har du gjort dig nogle tanker til den sidste del af dit liv?
- Holder du af ro, eller vil du gerne have liv omkring dig?
- Er der ting du holder af?
  - sang og musik
  - bøger, lydbøger, film
  - massage, zoneterapi, akupunktur, NADA
- Har du et religiøst tilhørsforhold? Er der noget, vi skal medtænke i vores pleje?
- Er der nogen bestemt, du har brug for at tale med?
  - præst
  - psykolog
  - læge
  - pårørende eller en nær bekendt
- Er der noget, du håber på, vil ske den næste tid?
- Er der noget, du frygter, vil ske den næste tid?
- Er der noget, der er vigtigt for dig i denne tid? Det kan være noget, du gerne vil tale om, eller have hjælp til?

## Den sidste tid

Det kan være med til at skabe ro for både borger og pårørende, at få afklaret praktiske detaljer og ønsker for den sidste tid.

Husk, at du har adgang til flere materialer omkring den sidste tid, som du kan dele med borgeren og de pårørende inden samtalen eller tale om under samtalen.

## Pjecer / supplerende materiale

### Vi anbefaler disse pjecer til borgerne

- "Tag stilling til livsforlængende behandling og genoplivningsforsøg ved hjertestop - en informationspjece til borgere i Jammerbugt kommune"  
Findes her: <https://www.jammerbugt.dk/nexus/sundhed-senior/den-sidste-tid/>
- "Min sidste vilje" Udgivet af Landsforeningen Liv&Død.  
Findes her: <https://livogdoed.dk/temaer/min-sidste-vilje/>

### Vi anbefaler disse pjecer til pårørende

- "Når et menneske dør - En informationspjece til pårørende", Jammerbugt Kommune, Findes her: <https://www.jammerbugt.dk/nexus/sundhed-senior/den-sidste-tid/>
- "De sidste levedøgn - En informationspjece til pårørende", Jammerbugt Kommune. Findes her: <https://www.jammerbugt.dk/nexus/sundhed-senior/den-sidste-tid/>