



Assistere una persona che sta morendo

Ci sono delle cose che si possono fare per aiutare la persona che sta per morire a sentirsi a suo agio. Cose che possono aiutare

Ambiente/spazio

- Creare uno spazio confortevole dove la famiglia possa fare visita.
- Può essere utile avere un letto singolo o anche un letto d'ospedale.
- È un momento in cui la tua famiglia può avere delle pratiche culturali o spirituali da fare.
- Pensa a come puoi far capire il tuo affetto alla persona, ad esempio con la musica, luci soffuse, una finestra aperta e una lieve carezza.

Cura personale/Mangiare/Bere

- Adesso potrebbe essere difficile ingoiare. È normale se in questa fase la persona non vuole più mangiare o bere. Non costringere a mangiare o bere.
- Chiedi se vuole piccoli sorsi d'acqua, per mantenere la bocca idratata. Può aiutarti usare dei tamponi bagnati per idratare la bocca.
- Per mantenere le labbra idratate si può usare un balsamo per labbra.
- Non c'è bisogno di fare la doccia e lavarsi tutti i giorni.
- È comune che la persona faccia meno pipì perché sta bevendo meno.
- Se la persona non riesce più a controllare la vescica e/o l'intestino, aiutala usando compresse assorbenti o pannoloni.

Medicine

- In questa fase probabilmente, alla persona non verranno più date certe medicine, e altre verranno date in modo diverso da prima – il medico o l'operatore/trice sanitario/a ti avvertiranno quando ce ne sarà bisogno.
- Certe volte il medico ti chiederà di prendere in farmacia qualche medicina in più per averla a casa, così da averla subito pronta in caso di bisogno.

Sintomi comuni

- Dolore – Forse dovrai essere tu a capire se la persona sta male, invece di chiederlo, perché parlare potrebbe essere troppo difficile per lei/lui. Quando una persona prova dolore può reagire facendo una smorfia, facendo una faccia preoccupata oppure facendo dei suoni o dei gemiti con la bocca, oppure può lamentarsi piagnucolando, sembrare agitata e muoversi e cambiare posizione. Bisogna continuare a dare le medicine alla persona secondo le indicazioni, e avvertire il medico o l'operatore/trice sanitario/a se continua a stare male.
- Respirazione rumorosa – Se la persona adesso fa rumore quando respira, ci sono delle medicine che aiutano a ridurre il rumore. Può aiutare anche aprire una finestra o accendere un ventilatore.

- Irrequietezza – Se la persona diventa irrequieta la puoi aiutare aiutandola a cambiare posizione. Prova a usare cuscini per aiutarla a mettersi di lato, e poi aiutala a cambiare lato ogni paio d'ore.
- Confusione – Far ascoltare musica che conosce può essere d'aiuto se la persona inizia a gemere o gridare. Ci sono medicine che si possono usare se la persona diventa confusa, agitata o angosciata.
- Man mano che si avvicina alla morte, è possibile che la persona perda coscienza ogni tanto. Puoi ancora parlare alla persona e farle sapere che sei lì.

È importante che adesso ti senta supportato/a dalla famiglia e dal tuo medico o operatore/trice sanitario/a e che possa sempre chiedere aiuto.

