

# GUÍA DE ORIENTACIÓN A LA FAMILIA Y PERSONAS CUIDADORAS

## SITUACIÓN DE ÚLTIMOS DÍAS

EQUIPO DE CUIDADOS PALIATIVOS  
HOSPITAL UNIVERSITARIO DE CEUTA  
DIRECCIÓN TERRITORIAL DE CEUTA



دليل إرشادات للأسرة والأشخاص  
القائمين على الرعاية الصحية

للمرضي خلال آخر أيام من الحياة

الطاقم الطبي للرعاية والتخفيف من ألم الذين على وشك أن  
يفارقوا الحياة  
المستشفى الجامعي في سبتة  
"Hospital de Universitario de Ceuta"  
الإدارة الترابية في سبتة



# GUÍA DE ORIENTACIÓN A LA FAMILIA Y PERSONAS CUIDADORAS

## SITUACIÓN DE ÚLTIMOS DÍAS

EQUIPO DE CUIDADOS PALIATIVOS  
HOSPITAL UNIVERSITARIO DE CEUTA  
DIRECCIÓN TERRITORIAL DE CEUTA

D. Luis Utor Ponce  
Enfermero del Equipo de Cuidados Paliativos

D. Juan Gabriel Pérez de Miguel  
Médico del Equipo de Cuidados Paliativos

Traducción:  
Montasser Alfarra Farra

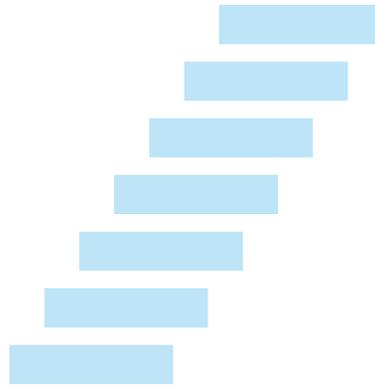
دليل إرشادات للأسرة والأشخاص  
القائمين على الرعاية الصحية

للمرضي خلال آخر أيام من الحياة

الطاقم الطبي للرعاية والتخفيف من ألم الذين على وشك أن  
يفارقوا الحياة  
المستشفى الجامعي في سبته  
"Hospital de Universitario de Ceuta"  
الإدارة الترابية في سبته

السيد لويس اوتور بونثي  
ممرض بفريق التخفيف من معاناة المفارق للحياة

السيد خوان جبرائيل بيزيز دي ميغيل  
دكتور بطاقم الرعاية التخفيفية قبل مفارقة الحياة



Edita: © Instituto Nacional de Gestión Sanitaria  
Subdirección General de Gestión Económica y Recursos Humanos  
Servicio de Recursos Documentales y Apoyo Institucional  
Alcalá, 56 28014 Madrid

NIPO 135-22-013-7  
DL M 26351-2022

Colección Editorial de Publicaciones del Instituto Nacional de Gestión Sanitaria: 2.112  
Catálogo de Publicaciones de la Administración General del Estado: <https://cpage.mpr.gob.es>  
*En esta publicación se ha utilizado papel reciclado libre de cloro de acuerdo con los criterios medioambientales de la contratación pública.*

Diseño y maquetación: Komuso

طباعة: المؤسسة الوطنية لإدارة الصحة  
نباية الإدارة العامة لإدارة الصحة الاقتصادية والموارد البشرية  
خدمات موارد الوثائق والدعم المؤسسي  
العنوان شارع الكلا، 56 - 28014 مدريد

رقم النشرة: 7-013-22-135  
الرقم وعام الطباعة: 2022-26351  
مجموعة المنشورات المطبوعة من قبل المؤسسة الوطنية لإدارة الصحة: 2.112  
الكتالوج العام للمنشورات الرسمية:

تم استخدام لهذا المنشور ورقى مدور خالي من الكلور، بموجب مبادئ الحفاظ على البيئة في التعاقدات العامة

تصميم وتجهيز  
طباعة: ادبنتيا كومونيكاشيون غرافيك

## الأسرة الحبيبة

دليل الارشادات المتوفر الآن بين أيديكم يهدف إلى مساعدة الاشخاص الذين يقومون برعاية المرضى خلال آخر فترة زمنية من حياتهم. نحاول من خلال هذا الدليل معرفة الأوضاع التي من الممكن أن نواجهها خلال فترة هذه المرحلة من المرض. سوف تجدون دعم ومساعدة من الطاقم الطبي للتخفيف عن المريض الذي يفارق الحياة. هذا الفريق يوجهكم ويوضح لكم كل الشكوك التي من الممكن أن تواجهكم.

مرضي السرطان، كبار السن أو ذي الأمراض المزمنة أو الذين صحتهم في تدهور، سوف يمرون بمرحلة تعرف باسم **المرحلة النهائية**، وهي مرحلة ناجمة عن تفشي مرضهم. وتتميز هذه المرحلة بظهور عوارض مرضية كثيرة، وتقلبات سريعة خلال فترة زمنية قصيرة، ناجمة عن أسباب متنوعة. بسبب تفشي المرض، وحين تكون النهاية قد اقتربت، فإن هذه التقلبات تظهر بشكل أكثر وضوحاً وإرهاقاً.

الرعاية والتخفيف تهدف بشكل أساسي إلى تقليص نسبه المعاناة التي يواجهها المريض الذي يفارق الحيا وتحسين قدر الإمكان جودة حياته ورفاهيته، كذلك تهدف إلى تقديم الدعم للأسرة وللمن يقومون بشكل أساسي بمهمة الرعاية خلال فترة آخر الأيام من الحياة. هذه المرحلة هي هدف دليل الارشادات التالي.

## ◀ الوضع خلال آخر أيام الحياة

الوضع قبل مفارقة الحياة، أي قبل الموت، أو وضع يحدث خلال آخر الأيام من الحياة، وهو وضع طبيعي يسبق الموت نهائياً. وهو وضع ناجم عن ضعف وتراخي الأجهزة الرئيسية في الجسد. ويحدث دوماً بسبب تفشي المرض. هذه المرحلة هي مرحلة نهائية لا مفر منها.

ينتج خلال هذه المرحلة تدهور هام جداً في الوضع الصحي العام. ويظهر ذلك جلياً من خلال ضعف شديد في العضلات، الرغبة في البقاء في الفراش، فقدان المقدرة على الأكل، النعاس، وفي بعض الأحيان، حدوث اضطرابات. حين يقترب الموت، يبدأ المريض الذي يفارق الحياة في عدم التبول ويكون الضغط عنده بطيء وضعيف، في حين تزيد وتيرة التنفس بشكل سطحي، كما تزيد نسبه الإفرازات. الشخص المريض الذي ينازع يشعر بالتدهور ويعلم بحاله، رغم عدم مقدرته على قول ذلك. رغم هذه الحالة، فهو في كثير من الأحيان يرسل بطريقة ما رسائل وداع. لا يمكن تقدير المدة الزمنية لهذه المرحلة، فيمكن أن تكون ساعات أو أيام.

في هذه اللحظة يجب أن تكون الرعاية مخصصة بشكل أساسي وبأقصى حد ممكن إلى الرحة الجسدية، العاطفية و الروحية للمريض.

## اختيار المكان الملائم ◀

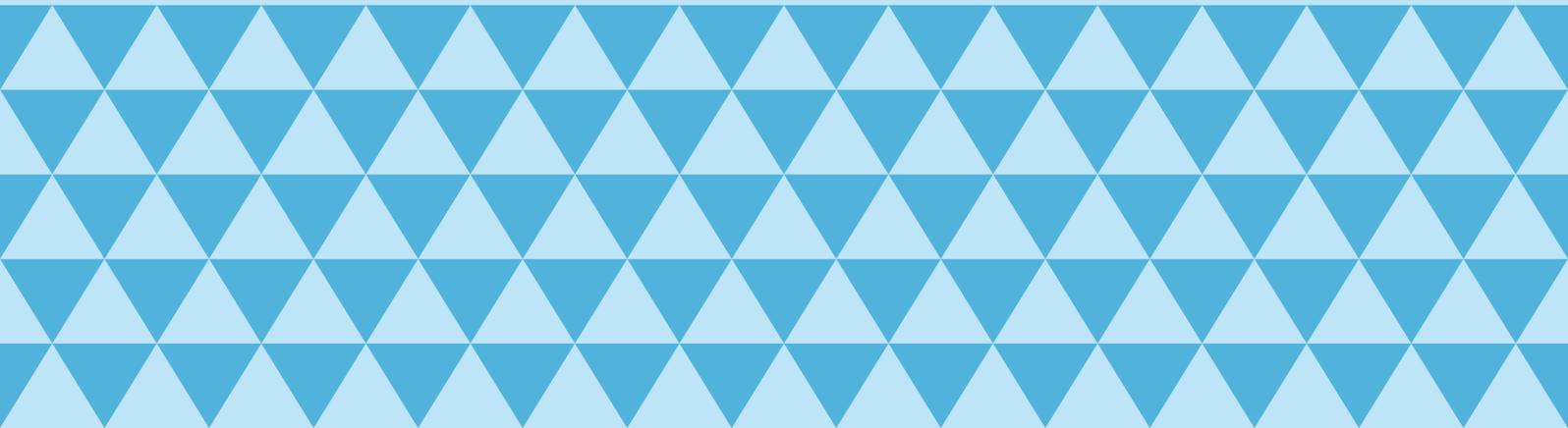
في حال عدم أخذ بعد قرار بالمكان الذي يجب أن يتوفى فيه المريض الذي يفارق الحياة، ففي هذه المرحلة تكون اللحظة المناسبة لأخذ مثل هذه القرار. الغالبية العظمى من المرضى يرغبون بالبقاء في بيوتهم، وذلك حين يتوفر لهم حد أدنى من الشروط الصحية ومن الرعاية الأسرية. وحين تكون الأسرة على معرفة، من خلال توضيحات المتخصصين، بالعوارض والأوضاع التي من الممكن حدوثها أو من المحتمل أن تواجهها. هذه المعرفة تسمح بتقليص نسبة الإرهاق الناجم بشكل اعتيادي عن هذه اللحظة، كما تسمح بتجنب أخذ قرارات سريعة وغير ملائمة.

من الممكن عدم وجود الطاقم الطبي خلال لحظة الوفاة، لذلك على الطاقم القيام مسبقاً بتقديم نصائح عملية تسمح للأسرة بمعرفة الوضع الحاصل أمامها، وبمعرفة كيفية التواصل مع شركة الدفن، والنقل وإتمام الإجراءات التي يجب إنجازها.



كيفية المساعدة





## الاسترخاء والراحة

- أبحثوا دائماً عن مكان مريح وهادئ. من الممكن أن يكون هذا المكان هو نفس غرفة المريض.
- حاولوا التحكم في الزيارات وتجنب الزيارات الغير ضرورية، تحديداً تلك التي يمكن أن تؤثر وتزعج المريض الذي يفارق الحياة. بل وأفضل تخصيص هذه الزيارات لمن هم أكثر قرابة من المريض الذي ينازع.
- من الممكن أن تكون عملية تنظيف المريض الذي يفارق الحياة مزعجة، خاصة وإذا كانت هناك ضرورة لتحريكه كثيراً، لذلك ينصح بأن يكون التنظيف سطحي وفي فراش النوم.
- الطعام والشراب ليس بشيء هام خلال هذه المرحلة، بل يجب التكيف مع احتياجات المريض الذي يفارق الحياة.
- في كافة الإمكان، يجب أن ينام المريض الذي يفارق الحياة بشكل مريح، ويفضل أن ينام على أحد جوانبه.

## التقلبات الرئيسية ◀

- انخفاض في مستوى الوعي.
- صعوبة في البلع.
- تقلبات لها علاقة بالتبول والإفراز.
- سخونة.
- تقلبات في التنفس.
- قلق واضطراب.
- ألم.



## صعوبة في البلع

- يمكن أن يواجه المريض صعوبة تامة في بلع الطعام، ما ينتج عنه انخفاض في مستوى الوعي. في هذه الظروف، محاولة إعطاء طعام وشراب تصبح خطيرة، لأن مثل ذلك يمكن أن يؤدي إلى حالة اختناق.
- خلال هذه المرحلة تحديداً الطعام والشراب ليس بالأمر الهام. المريض الذي يفارق الحياة لا يحتاج حينها لنفس الكمية التي كان يحتاجها سابقاً، وحتى لو أرغم على الطعام فأن وضعه لن يتحسن. خاصة وأنه لا يستطيع البلع والشرب نتيجة سوء حالته، كما أن ذلك لن يؤدي إلى التسريع من نهاية أجله. في كافة الأحوال يجب أن لا يترك لوحده.
- إن لم يتمكن المريض الذي يفارق الحياة من تناول الأدوية، فيجب على الطاقم الطبي الخاص بتدريبكم على القيام بإعطاء المريض الذي يفارق الحياة الدواء من خلال الطرق الأنسب (من تحت الجلد أو من فوق الجلد).
- يجب البقاء على فم المريض الذي يفارق الحياة رطب ومبلل، وذلك من خلال وضع كريم على فمه. كما يجب تنظيف أماكن الإفرازات بشاشة ووضع منشفة تحت رأسه.

## مستوي الوعي



- من الممكن أن يبقى المريض الذي يفارق الحياة نائم بشكل دائم، وأكثر فأكثر، كما من الممكن أن لا يستيقظ بتاتاً.
- ومن المحتمل أن يدخل في غيبوبة وأن لا يعرفكم وأن يكون دوماً قلق، تحديداً فترة المساء والليل. لذا يجب إبقاء الانارة مشعولة ومنخفضة، حتى لا تزعجه بشكل ما.
- في بعض الحالات يحدث ما يسمى بمربع الارتباك، الهلوسة، الغيبوبة والاضطراب.
- أسباب ذلك متعددة، منها البراز (عدم استخراج البراز) وحبس البول، والالتهابات، وتقلبات في الدم، بسبب الأدوية، الخ. على ذلك يضاف سوء عمل الكلي والكبد وإمكانية حدوث التهاب في المخ.



## تقلبات في البول والبراز

- يمكن أن تختفي المقدرة على التحكم في العصارات، ما يعني عدم المقدرة على التحكم في البول والبراز بشكل طبيعي.
- ينصح بامتلاك حفاضات وقائية، ليسمح للمريض القيام باحتياجاته بشكل أكثر راحة.
- رغم ذلك، يجب الاستشارة حين لا يتمكن المريض من التبول، لأن ذلك يؤدي إلى ألم واضطرب. في بعض الأحيان، يجب الاستفسار من المريض الذي يفارق الحياة عما إذا كان يصعب عليه التبول.
- يجب تقييم إمكانية قرب لحظة الوفاة، حين ذلك يمكن إعطائه أو عدم إعطائه حقنة شرجية تسمح بتسهيل الإفراز.

## السخونة



○ خلال هذه المرحلة تبدو السخونة مرتفعة (39-40 د.).

○ الأسباب الأكثر احتمالاً هو حدوث التهابات وتقلبات في عمل المخ، تأثر بدورها على منظم درجة الحرارة في الجسم، أو يمكن أن تحدث نتيجة إفراز مواد سرطانية، خاصة مع المرضي الذي يعانون من مرض السرطان.

○ ننصح هنا بالقيام ببعض الأمور التي يمكن أن تسمح بالتخفيف من حدة الاختناق وانزعاج المريض: مستخدمين مناشف مائية، وضعه في غرفة بها تيار هواء وتلبسه ملابس قطنية خفيفة ومريحة. في حال الضرورة، يمكن أن ينصح الطاقة الطبي ببعض الأدوية، رغم عدم فائدتها.



## تقلبات في التنفس

- من المحتمل أن يكون التنفس غير منتظم، بل متوتر وسطحي، ومتقطع، وأن تحدث فترات من استراحة من التنفس (أحياناً لبعض اللحظات).
- في بعض الأحيان يسمع صدى صوت في الصدر يشبه الشخير أو الإفراز. هذا الشيء ناتج عن تراكم المخاط في الحنجرة. رغم ازعاج ذلك المريض الذي يفارق الحياة، فإنه لا يؤدي إلى أي اختناق. ليس من الضرورية تحيده.
- يجب أن يضع المريض الذي يفارق الحياة على أحد جانبيه وأن لا يكون رأسه مرفوع على الفراش.
- وأن تضع منشفة في أعلى الفراش، من أجل تحييد ومسح الإفراز الخارج من الفم.

## قلق وألم

- من المحتمل أن تظهر على المريض الذي يفارق الحياة بوادر قلق وألم، لا يمكن ابلاغنا بهما. في هذه الحالات يجب علينا أن نحاول أن نفهم الإشارات والمواقف وسبب التأوه.
- سوف يقدم لكم الطاقم الطبي الخاص بعض الأدوية الملائمة من أجل التخفيف من حده هذه الحالات. حال وجود أي شك، فيجب السؤال دائماً.
- خلال فترة مفارقة الحياة، المرضى يعانون من قلق، تحديداً خلال فترة المساء-الليل. من المهم أن يشعر المريض أن بجانبه من يرافقه وأن يعمل هذا على تهدئته. لا يجب التعبير عن أن نوع من الاحاسيس أو البكاء أمام المريض الذي يفارق الحياة، حتى لو كان هذا على غير وعي.



## أرعي نفسك لترعاهم

- رعاية شخص مريض معتمد على مساعدتنا هي تجربة صعبة، فريدة من نوعها، بل وإيجابية، لأنها تساهم في تقوية أواصر العلاقات وتسمح باستكشاف جيد أهمية أن نكون ذي فائدة للأشخاص الذين نحبههم، كما تسمح لنا باستكشاف المزايا التي لم نكن سابقاً على معرفة بها. في نفس الوقت، أنها مرحلة تفرض تكريس وقت وطاقة وتكيف مع الوضع الجديد الذي يحمل في طياته العديد من التغييرات.
- حاولوا التعاون بينكم وابتحوا وأقبلوا المساعدة وأجدوا لحظات من أجل التخفيف من حده الضغط الداخلي. لا تشعروا بالندم بسبب عدم مقدرتكم على مواجهة الوضع. اسألوا دائماً طاقمكم الطبي.



## ◀ ماذا نفعل أمام أي تعقيدات أو حدوث الوفاة

- يمكن أن تحدث أوضاع لا يمكنكم التحكم فيها.
- أمام ذلك عليكم التوجه إلى طاقم الرعاية والتخفيف من المعاناة خلال ساعات العمل صباحاً (من يوم الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 8 إلى 15). كما يمكنكم التوجه إلى طاقم الرعاية الصحية الأولية.
- خارج نطاق هذه الوقت، يمكنكم الاتصال على الرقم 061، من أجل طلب المساعدة الضرورية.
- قبل اقتراب لحظة وفاة الإنسان الغالي عليكم، يجب التأكد من وجود أي تأمين وفاة وامتلاك أرقام التلفونات الخاصة بالتأمين أو بشركة الدفن وتوفر البطاقة الوطنية.

## الطاقم الطبي لرعاية التخفيف عن المنازع قبل الوفاة

الدكتور: خوان جبرائيل بيريز دي ميغيل

الممرض: لويس أوتور بونثي

التلفون: 660685058 (من يوم الأثنين إلى الجمعة، من الساعة 8 إلى 15)

العنوان: مستشفى "Hospital de Día Oncohematológico"

المستشفى الجامعي في سبته "Hospital de Universitario de Ceuta"



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE SANIDAD

