

PRIMA
familjeläkarmottagning
Marlene Dalenbring
Specialist i allmänmedicin

Förbättrad rutin för stöd till läkare, övrig personal och anhöriga i samband med dödsfall

BEHOV/PROBLEM

- I samband med oväntade dödsfall i hemmet är det läkare från primärvården som skall åka ut och konstatera dödsfallet. Det kan vara länge sedan man var i väg på detta senast så man kanske inte minns alla rutiner och regler som gäller.
- Det finns egentligen ingen tid i tidboken men man måste åka ändå och då är det ofta bråttom tillbaks till mottagningen.
- Läkare upplever att de inte kan stötta chockade anhöriga på ett bra sätt.
- Svårt veta vem man får lämna ut info till efteråt, hur skall man veta att det verkligen är en närstående som hör av sig?

LÖSNING

Vi har tagit fram en checklista för läkare som kompletterar den instruktion som regionen har.
Vi har också tagit fram en info lapp till anhöriga.

DÖDSFALL I HEMMET CHEKLISTA innan du åker från PRIMA

- Skriv ut medicinlista på pat och skriv ner telnummer till anhöriga som står angivna i Cosmic.
- Kolla när pat sist var hos oss och skriv ev ut anteckning.
- Hade pat pacemaker eller ICD?
- Finns det diagnoser som rimligen kan förklara ett dödsfall.
- Skriv ner adressen och kolla var det är/hur lång tid det tar att köra dit.
- Kolla i väskan att det finns handskar, märkband, lapp till bårhus, penna.

PÅ PLATS

- Hälsa på alla. Be eventuellt anhöriga, grannar mm skriva ner sina namn och tel nummer.
- Prata med ambulans personal och hör deras info.
- Är den avlidne identifierad? Finns det ID handling hemma. Om osäkert om ID: RING POLIS (vakthavande befäl) **010-5692077**
- Ser det ut som man kan misstänka självmord eller mord? RING POLIS.
- Är det stökigt, ligger framme tablettaskar mm: RING POLIS.
- Är kroppen kraftigt förruttnad: RING POLIS.
- Om inga anhöriga nås: RING POLIS.
- Märk alltid kroppen enligt instruktion: vä hand och fot.
- Dödsbevis skrivs samma dag.
- Dödsorsaksintyg skrivs på basen av kunskap om pat/journal, men efter att obduktionen gjorts om man bestämmer att det skall göras.

OM polisen kommer och det skall vara en rättsmedicinsk obduktion behöver man fylla i dödsbevis på plats och skicka med polisen.

Det är alltid FONUS som hämtar kroppen men man kan sedan välja vilken begravnings byrå man vill anlita. Så som läkare måste du alltid ringa FONUS för att kroppen skall hämtas.
Tel **021-107700**

Det finns info lapp man kan ge till anhöriga om vad som händer vid dödsfall och några nummer de kan ringa så de kan få stöttning. Tipsa om att man kan läsa på 1177 om vad man skall tänka på i samband med dödsfall.

Information till anhörig vid dödsfall hos närstående

I samband med närståendes död kan man behöva någon att prata med. Man kan ringa till **den vårdcentral** som man är listad på för stöd.

1177 har bra information avseende stöd vid dödsfall på sin hemsida, man kan också ringa dem. Övriga telefonnummer är till exempel:

- **Hjälplinjen** – tillfälligt psykologiskt stöd, tfn 0771-22 00 60, alla dagar kl. 13:00 – 22:00. Kostar ett telefonsamtal och man kan vara anonym.
- **Jourhavande medmänniska** – för de som söker medmänskligt stöd på icke kontorstid, även nattetid, tfn 08-702 16 80.
- **Äldretelefonen** - föreningen Minds stödtelefon för äldre som mår dåligt psykiskt, tfn 020-22 22 33.
- Vid behov av akut hjälp med psykiskt mående kan man kontakta **psykiatrisk akutmottagning**, tfn 021-17 37 15 dygnet runt.

Vid förlust av en nära och kär person är det vanligt att man hamnar i kris. **Krisreaktion** är en normal reaktion på en onormal händelse. Vid en psykisk smärta reagerar även kroppen. Kroppen och själen hänger ihop.

Vanliga psykiska och kroppsliga symtom vid kris:

- Svaghet, håglöshet,
- dålig aptit,
- sömnsvårigheter, ökad oro, stresskänsla,
- isoleringstendenser,
- svårt att kommunicera med andra,
- känsloutbrott i gråt respektive aggression, blandade känslor,
- förhöjt blodtryck på grund av ökad puls och andning,
- överklighetskänslor.

Krisen har faser:

- **Chockfas** – kommer direkt och kan dröja upp till en vecka. Man kan då känna sig omtumlad, frånvarande och få överklighetskänslor. En del kan få panik, springa runt, skrika och andra blir som förlamade. Individuellt hur man reagerar. En chockad person kan verka vara opåverkad av händelsen vilket kan misstolkas av omgivningen. Helt normal reaktion.
- **Reaktionsfas** – när den drabbade börjar inse vad som hänt och börjar reagera med starka känslor. Det tillståndet kan pågå upp till flera veckor, upp till några månader.
- **Bearbetningsfas** – i den fasen ökad acceptans av den drastiskt förändrade situationen. Intresse för omgivningen ökar, man blir mindre självupptagen. Man är fortfarande uppfylld av blandade känslor. Fasen kan hålla i upp till cirka ett år.
- **Nyorienteringsfas** – man man förlikar sig med förlusten, accepterar den drastiskt förändrade situationen, man går vidare i livet.

Riktlinjer/checklista kring hur hantera en närståendes bortgång

Det får högst gå en månad mellan dödsfall och begravning (lagreglerat). Begravningar kan vara olika beroende på tro och önskemål.

Vid kristen begravning

- Kontakta Svenska kyrkan eller annan kristen församling på orten.
- Kontakta en begravningsbyrå.

Vid muslimsk begravning

- Kontakta gärna Västerås Islamiska Center för frågor, tfn 021-13 29 38.

Vid judisk begravning

- Vid frågor, ring till Judiska Församlingen i Stockholm, tfn 08-587 858 00.

Vid borgerlig begravning

- Oavsett om man tillhör Svenska kyrkan eller annat trossamfund kan man välja borgerlig begravning. Kontakta begravningsbyrå angående detta.

UTVÄRDERING

En sköterska planeras ringa upp efter 1 månad till anhöriga och höra hur det gått och om info lappen varit till hjälp. Blir också då en påminnelse om att man kan ringa för att få stöd tex.

Det kommer också vara en utvärdering i personalgruppen/läkargruppen i form av en gruppdiskussion kring hur det fungerar med de nya rutinerna.



➔ **Tack för att ni lyssnat!**