

Apakah tanda seseorang itu sudah meninggal dunia?

- Nafas terhenti
- Tiada denyutan jantung atau nadi
- Pesakit tidak dapat dibangunkan
- Kelopak mata mungkin terbuka sedikit
- Kadangkala mulut juga terbuka
- Pupil tidak bergerak

Apa yang harus anda lakukan?

Anda tidak perlu menghubungi sesiapa dengan serta-merta sekiranya anda tidak ingin berbuat demikian. Anda tidak perlu tergopoh-gapah, ambil masa yang diperlukan. Hubungi saudara atau sahabat anda sekiranya ingin ditemani. Sekiranya pesakit itu meninggal pada waktu malam, anda boleh menunggu sehingga pagi untuk memaklumkan doktor atau jururawat, ataupun anda boleh menghubungi mereka dengan serta merta.

Ia adalah penting untuk meluruskan posisi mayat kerana anggota tangan dan kakinya akan menjadi kaku. Anda boleh mengelap dan membersihkan peluh atau bendalir pada badannya. Anda tidak perlu memandikan mayatnya kecuali anda ingin berbuat demikian.

Sekiranya anda sudah membuat persiapan pengebumian, hubungi pengurus mayat atau pegawai agama anda dan meminta mereka melakukan apa yang diperlukan. Anda perlu membuat laporan polis dengan membawa kad pengenalan dan dokumentasi mengenai penyakit mereka ke balai polis untuk mendapatkan sijil pengkebumian.

Untuk maklumat lanjut mengenai hubungan utama, sila rujuk kepada:

Laman Sesawang : palliativecare.my
Email : info@hospismalaysia.org
Tel : 603-9133 3936
(Talian Umum Hospis Malaysia)

Penghargaan:

Dokumen ini telah disediakan oleh Hospis Malaysia dengan maklumat yang diambil daripada "About the Process of Dying?" panduan yang disediakan oleh Paliatif Penjagaan Australia, dengan kebenaran ikhlas.

Pendapat yang dinyatakan di dalam dokumen ini tidak semestinya melalui warga Hospis Malaysia mahupun Paliatif Penjagaan Australia.



Mengenai proses kematian

Jika anda tidak pernah melihat seseorang meninggal dunia, anda mungkin berasa khuatir dan bimbang mengenai apa yang akan berlaku, tetapi pada kebiasaannya, saat seseorang itu meninggal dunia agak tenang.

Risalah ini bertujuan untuk membantu anda untuk menyediakan diri anda. Dapatkan maklumat lanjut mengenai bantuan dan perkhidmatan yang tersedia di: palliativecare.my

Disediakan oleh:



Percetakan ini ditaja oleh:



YAYASAN

Menjaga seorang pada akhir hayatnya bukan sesuatu yang mudah. Terdapat pelbagai perasaan dan emosi yang akan timbul pada masa ini. Risalah ini akan membantu anda memahami, menjangka dan bertindak apabila terdapat tanda bahawa sudah hampir waktunya.

Penjaga sentiasa bimbang bahawa kematian merupakan pengalaman yang menyakitkan. Namun begitu, masa sebelum seseorang meninggal biasanya agak tenang. Ini secara amnya akan bermula beberapa hari sebelumnya di mana fungsi badannya mula menjadi perlahan, seolah-olah melepaskan kehidupan. Sekiranya pesakit itu resah, ia boleh ditangani.

Bukan semua tanda yang dibincangkan di sini akan berlaku, atau dalam turutan yang sama. Kadangkala, tanda bermula beberapa hari sebelumnya, atau mungkin juga beberapa jam sebelumnya. Tanda fizikal ini ialah proses semula jadi badan seseorang mula menjadi perlahan.

Selain daripada tanda yang dinyatakan di sini, anda mungkin akan mendapati perubahan lain yang membimbangkan anda. Pasukan penjagaan paliatif akan membantu anda dan menyediakan maklumat dan bantuan.

Minta pertolongan pada bila-bila masa. Pasukan penjagaan paliatif sudah bersedia untuk menjalin hubungan yang lebih kerap dengan anda pada tempoh akhir hayat seseorang itu.

Anda boleh menawarkan kelegaan kepada pesakit itu dengan hanya memegang tangan mereka dan bercakap dalam nada yang menyenangkan. Walaupun mereka tidak memberi gerak balas, mereka mungkin dapat mendengar anda.

Jangan pandang rendah nilai tindakan yang mungkin dirasakan remeh. Kadangkala kehadiran seseorang adalah lebih penting daripada membuat sesuatu untuknya.

Perubahan yang anda mungkin sedari dan apa yang dapat anda lakukan untuk membantu

Selera dan dahaga

Selera dan dahaga pesakit mungkin akan berkurangan, dan mereka mungkin tidak ingin makan atau minum. Ini sentiasa membimbangkan penjaga, namun merupakan proses semula jadi dan tidak mengakibatkan kesakitan. Berikan hirupan air atau lembapkan mulutnya. Anda boleh meminta tunjuk ajar berkaitan penjagaan mulut daripada jururawat. Memaksa seseorang yang tidak dapat menelan mungkin menyebabkan mereka menderita.

Tidur dan kecerdasan

Perubahan dalam badan seseorang mungkin menyebabkan mereka untuk rasa mengantuk dan sukar untuk bangun. Waktu yang terbaik untuk bercakap dengan mereka ialah apabila mereka kelihatan paling cerdas. Biarkan mereka tidur jika mereka ingin berbuat demikian. Anda tidak perlu mengejutkannya atau bercakap dalam nada yang kuat. Bercakap dengan nada yang lembut dan menenangkan.

Suhu badan

Suhu badan pesakit mungkin akan berubah. Kadangkala tangan dan kakinya mungkin terasa sejuk manakala ada masanya ia panas dan berlegas. Terdapat juga kemungkinan badannya menjadi bertompok-tompok atau lebih gelap. Ini disebabkan oleh aliran darah yang lebih perlahan dan merupakan sesuatu yang berkaitan dengan proses kematian. Jika pesakit terasa sejuk, gunakan selimut yang nipis. Penggunaan selimut tebal atau elektrik mungkin akan menyebabkan mereka panas dan resah. Untuk pengaliran darah yang baik; kipas untuk edaran udara yang baik dan tuala lembap yang dingin boleh membantu sekiranya mereka terasa panas.

Inkontinens

Jumlah urin daripada badan akan berkurangan disebabkan pengurangan jumlah cecair yang diminum. Urin mungkin berbau lebih kuat dan berwarna lebih gelap. Ramai penjaga yang bimbang bahawa pesakit akan hilang kawalan pundi-pundi kencing dan usus, tetapi ini tidak berlaku kepada semua pesakit. Sekiranya ia berlaku, terdapat pad, alat yang mudah digunakan dan helaian penyerap khas untuk keselesaan dan kebersihannya. Pasukan penjagaan paliatif anda boleh menasihati anda apa yang diperlukan.

Rembesan

Apabila refleks batuk dan penelanan menjadi perlahan, air liur dan mukus mungkin terkumpul di dalam kerongkong pesakit, dan menyebabkan pesakit mengagah-agah atau mengeluarkan bunyi. Ini mungkin membimbangkan penjaga tetapi biasanya tidak menyebabkan penderitaan kepada pesakit. Untuk memperbaiki keadaan ini, angkat kepala pesakit dan letakkan bantal supaya kepala mereka boleh diiringkan ke tepi. Ubatan juga boleh diberi untuk mengurangkan pengeluaran air liur dan mukus, dan memberi kelegaan.

Pernafasan

Corak pernafasan mungkin berubah. Kadangkala pernafasan lebih pantas, dan ada juga kalanya lebih perlahan. Pernafasan mungkin lemah atau berbunyi. Ini disebabkan aliran darah yang semakin perlahan dan pengumpulan bahan buangan badan. Ini tidak akan menyakitkan atau menderitakan pesakit.

Keresahan

Pengurangan aliran darah ke otak dan perubahan lain di dalam badan mungkin menjadikan pesakit resah atau marah. Untuk menenangkannya, bercakaplah dengan lembut, usap tangan atau dahinya dengan lembut, ataupun memainkan muzik yang mereka menyenangi. Maklumkan kepada pasukan penjagaan paliatif sekiranya pesakit itu resah atau marah. Ubatan boleh diberikan untuk mengurangkan keadaan ini.