

The image features three sunflowers of varying stages of bloom against a textured, warm-toned orange background. One sunflower in the top left is fully open, showing its dark brown center and bright yellow petals. A second sunflower in the middle left is also open but slightly more angled. A third sunflower in the bottom right is still in its green protective bracts, with only a few yellow petals visible at the bottom. The overall mood is warm and hopeful.

alături până în  
**ultima**  
**clipă**

Ghid pentru aparținătorii  
persoanelor grav bolnave



Idee și concept: Dachverband Hospiz ÖSTERREICH

**Traducere și adaptare în limba română:**

Traducerea: Fehér Gobesz Anikó

Lector științific: Conf. Univ. Dr. Dégi L. Csaba

Corectură: Lect. Univ. Dr. Faludi Cristina

Adaptare: Mălina Dumitrescu (Asociația Națională de Ingrijiri Paliative, România)

DTP: Marius Bârlădeanu

Cu sprijinul Hannelore Lascu (voluntar HOSPICE Casa Speranței)

alături până în  
**ultima clipă**

Ghid pentru aparținătorii  
persoanelor grav bolnave

2016



# Cuprins

Prefață .....	5
Esențialul despre îngrijire și însoțire .....	8
De ce e nevoie ca însoțitorii să aibă grijă și de propria lor persoană? .....	9
Cine sau ce ne sprijină la însoțire .....	10
Dacă îngrijirea la domiciliu nu mai este posibilă temporar sau permanent .....	12
Alte aspecte de reținut .....	13
Esențialul în privința alimentației.....	15
Esențialul în privința hidratării .....	17
Modificări ale corpului când se apropie decesul .....	19
Cum se poate alina dificultatea de respirație .....	21
Dacă apare febra .....	22
Asigurarea suportului spiritual.....	23
Cum facem față eventualelor crize și urgențe.....	24
Îngrijirea și sprijinul persoanelor care suferă de demență.....	25
Dacă bolnavul intră în comă .....	29
Dacă survine decesul .....	31
Cum să trăim cu suferința .....	34
Copiii și moartea .....	36
Glosar de termeni în Îngrijirea Paliativă și Hospice .....	38
Obiectivele îngrijirii în ultima fază a vieții .....	40
Adrese utile pentru pacienți și aparținători .....	41



## Prefață

Acest Ghid și-a dovedit încă de la început utilitatea în Austria, pentru îngrijitorii și familiile persoanelor grav bolnave sau aflate la sfârșitul vieții. Informațiile, explicațiile și sfaturile practice pentru aparținători ca și pentru asistentele medicale, îngrijitori și voluntari reprezintă un suport important în îngrijirea și sprijinul pe care le acordă persoanelor grav bolnave.

În ultima vreme, tot mai multe asistente medicale din România, Ungaria și Slovacia își desfășoară activitatea în hospice-uri și servicii de îngrijiri paliative din Austria. De aceea, e important să putem pune la dispoziția acestora Ghidul de față în limbile lor native, și, evident, să putem oferi Ghidul spre utilizare și în aceste țări. Ne bucurăm că, împreună cu Dachverband Hospiz Österreich (Organizația Umbrelă a Hospice-urilor din Austria) și Banca Comercială Română, am reușit să sprijinim traducerea și producerea acestei broșuri, astfel încât acum Ghidul este disponibil tradus în alte trei limbi.



**Franz Karl Prüller**  
*Director executiv, Fundația ERSTE*



**ERSTE Stiftung**

© Foto ERSTE Stiftung/Markus Schwarze

## Prefață

Îngrijirea și sprijinul acordat unei persoane apropiate suferind de o boală gravă și aflat la sfârșitul vieții reprezintă pentru oricine o mare provocare. Rudele și persoanele apropiate bolnavului se simt în nesiguranță și se întreabă în permanență dacă fac ceea ce trebuie pentru cel suferind. Pentru a veni în sprijinul tuturor celor care au nevoie de ajutor în aceste momente, Sr. Hildegard Teuschl CS, fondatoarea îngrijirilor hospice în Austria, a conceput în anul 2008 această broșură care vine în sprijinul celor care îngrijesc o persoană grav bolnavă, punând în limbaj accesibil informații utile de care aceștia au nevoie. Nu există rețete unice, căci finalul vieții este unic fiecăruia – așa cum fiecare viață este un dar unic în felul ei. Cu toate acestea, putem oferi celor care acorda îngrijiri persoanelor aflate în suferință la sfârșitul vieții o serie de cunoștințe medicale și de îngrijire pentru a le face misiunea mai ușoară. În această broșură personal cu vastă experiență în îngrijirile paliative pune la dispoziție perspectiva practică atât de necesară celor care îngrijesc o persoană apropiată.

Versiunea austriacă a broșurii a fost complet reactualizată în anul 2012. Această versiune a fost pusă la dispoziția partenerilor din România, în cadrul unui proiect de cooperare cu Fundația ERSTE în anul 2015. Versiunea tradusă în limba română a fost adaptată spre a reflecta nevoile și realitățile românești.

Dame Cicely Saunders, fondatoarea mișcării moderne hospice, spunea: "Contezi pentru că ești tu, contezi până la sfârșitul vieții. Și vom face tot ce ne stă în putință nu doar pentru a-ți ajuta să mori împăcat, ci mai ales pentru ca tu să trăiești până la sfârșit".

Ne dorim ca această broșură să vină în ajutorul celor din România care se confruntă cu dificultăți în îngrijirea celor apropiați, aflați la sfârșitul vieții.



Waltraud Klasnic  
*Președinte, Organizația Umbrelă a Hospice-urilor din Austria*





## Prefață

Suntem aici, trăim și avem responsabilitatea să respectăm viața în toate formele ei, până la capătul procesului existențial. În ultimele momente pe acest drum, ne confruntăm deodată cu un sentiment uman universal: frica de moarte și o perspectivă inevitabilă pentru noi toți: nevoia de a ne îngriji mama, tatăl, sau partenerul muribund. Îngrijirea cu respectul demnității celor apropiați presupune cunoștințe și informații specifice, accesibile în aceste clipe ale bolii, durerii și morții.

La 20 de ani mi-am pierdut tatăl. Sunt convins că atunci mi-ar fi fost de real ajutor un îndrumător care să îmi explice ce se întâmplă și cum să le fiu aproape celor dragi în acele ultime momente. Nu am avut acest ajutor. Acum, suntem pregătiți să vă oferim în acest caiet informații vitale și utile. În calitate de inițiator al demersului de traducere și adaptare în limba română al acestui material unic, vă doresc ca informațiile să vă ajute în ultimele momente pe care le petreceți alături de cei dragi dumneavoastră.

Moartea fizică ne va distruge, dar ideea morții ne poate salva, mai ales când avem la îndemâna un ajutor sigur.

Prietenia noastră și mesajul nostru de viață vă salută, stimate Cititor!



Dr. habil. Dégi László Csaba PhD MSW  
[www.psychooncology.ro](http://www.psychooncology.ro)

## **Esențialul despre îngrijire și însoțire**

Pentru rude, aparținători și prieteni sprijinul și însoțirea unei persoane foarte bolnave în ultima perioadă din viață preprezintă o provocare enormă. În același timp, cei apropiați pot transmite bolnavului în stare gravă sentimentul de siguranță, prin dedicare și apropiere. Aparținătorii și prietenii doresc ca bolnavul să se simtă bine și să-l scutească de griji. Există multe metode prin care se poate contribui la starea de bine a persoanelor aflate pe moarte: o ambianță care poate transmite sentimentul de siguranță și oameni capabili să se ocupe de necesitățile reale ale bolnavului, oferindu-i sprijin în astfel de momente grele. Totuși, trebuie știut că moartea este întotdeauna un eveniment cu caracter individualizat. Există procese de moarte lungi, care durează săptămâni sau chiar luni de zile, și altele care decurg rapid, iar decesul survine neașteptat.

În ceea ce privește îngrijirea și însoțirea pacienților aflați pe moarte, nu este vorba despre prelungirea timpului rămas, scopul fiind mai ales asigurarea calității vieții, a unei stări de bine accentuate pentru acești pacienți. De aceea, toate măsurile trebuie adaptate la necesitățile de moment ale bolnavului. Persoana nutrebuie obligată să facă nimic ce nu dorește, în astfel de situații bolnavilor li se permite totul. Persoanele aflate pe moarte nu au nevoie de prezență permanentă. Ele au nevoie de perioade de timp în care rudele, aparținătorii și prietenii sunt prezenți, dar în același timp, au nevoie de perioade de singurătate și liniște. Procesul morții este o fază extrem de intensă și poate fi foarte importantă în viața fiecăruia dintre noi. Persoanele care se află aproape de moarte sunt foarte vulnerabile și resimt o nevoie specială de grijă din partea celor apropiați lor.

### ***Ce este de făcut?***

Persoanele care însoțesc și îngrijesc pacienții grav bolnavi trebuie să poată accepta felul de a fi și dorințele acestora, chiar dacă ele vin în contradicție cu propriile lor idei. Doar așa vor putea fi asistate persoanele aflate pe moarte și din perspectiva trăirilor interioare individuale. Până la urmă este vorba despre moartea lor.

## De ce e nevoie ca însoțitorii să aibă grijă și de propria lor persoană?

Îngrijirea și însoțirea persoanelor aflate pe moarte necesită nu doar putere, deseori fiind combinată cu experiențe solicitante. Pentru a putea sprijini persoanele aflate pe moarte în mod corespunzător, este important ca însoțitorii să aibă grijă de propria persoană, pentru că doar așa pot fi de ajutor. De multe ori ne întrebăm cât timp a mai rămas. Nu doar bolnavii se întreabă, ci și însoțitorii își pun des întrebarea cât mai durează până la survenirea decesului. De cele mai multe ori este greu de apreciat, deoarece procesul de moarte depinde de foarte mulți factori. Întrebarea „Cât mai este?” e o întrebare normală și firească. Este vorba și despre dozarea propriilor puteri. Doar cine are grijă de propria persoană poate avea grijă și de alții în condiții optime. Cei care însoțesc muribunzii, se vor confrunta rapid cu propriile limite, chiar dacă dintr-o dată au mai multă putere decât și-ar fi putut imagina vreodată.

### Ce este de făcut?

- În calitate de însoțitor nu uitați de dumneavoastră. Pe lângă însoțirea bolnavului, acordați-vă timp și dumneavoastră, întâlniți-vă cu prieteni, desfășurați activități care vă plac. Astfel vă reîmprospătați forțele pentru putea sprijini bolnavul.
- În probleme de îngrijire și practice în general apălați la ajutor profesional din timp (îngrijirea bolnavului la domiciliu, ajutor la treburile casnice, servicii sociale mobile).
- După posibilități, asigurați-vă că puteți preda altcuiva responsabilitatea de îngrijire cel puțin pentru o oră în fiecare zi.
- Serviciile mobile de îngrijire la domiciliu vă sprijină la însoțirea bolnavului și vă permit să vă acordați un răgaz pentru dumneavoastră sau pentru discuții cu alții.

## Cine sau ce ne sprijină la însoțire

Datorită metodelor moderne variate de terapie a durerii, durerile pot fi alinate destul de bine cu ajutorul tabletelor, supozitoarelor, picăturilor, plasturilor, siropurilor și perfuziilor. Acest lucru le ușurează viața celor afectați și înlătură suferința inutilă. De asemenea, există numeroase măsuri care îmbunătățesc starea de bine fizică și psihică și alină durerile, precum masajul, împachetările, băile, drenajele limfatice sau chiar muzica. Echipele mobile paliative pot contribui în mare parte la asigurarea unei stări de bine a pacientului.

## Ce este de făcut?

- Ținta tuturor măsurilor medicale și nemedicale este starea de bine a pacientului. Bolnavul nu trebuie obligat să facă nimic din ceea ce nu dorește.
- Apelați la serviciile hospice și de îngrijiri paliative: în funcție de cauza durerii, medicul competent va prescrie medicamente eficiente. Este important ca medicamentele să fie administrate regulat, respectând ca atare toate indicațiile medicului curant sau medicului de paliative.
- Toate medicamentele care înainte erau importante pentru pacient, dar acum nu mai au niciun efect, trebuie scoase din administrare.
- În terapia durerii cronice este esențial ca următoarea doză a analgezicului să fie administrată înainte de trecerea efectului dozei anterioare.
- Sunt utile și măsurile nemedicamentoase pentru alinarea durerii (împachetări, masaj etc.). Serviciile hospice și de îngrijiri paliative vă pot sprijini în această privință.
- Îngrijirea este orientată în totalitate spre nevoile pacientului. De exemplu, în această fază, îmbăierea întregului corp se poate dovedi prea solicitantă pentru pacient; de aceea, îngrijirea corpului se va efectua în etape mici. Astfel, se vor spăla, de exemplu, doar mâinile și fața, la o modificare a poziției eventual și zonele intime. Rețineți că toate intervențiile de îngrijire care vizează starea de bine a pacientului implică în același timp și o solicitare pentru acesta.

- De asemenea, o echipă mobilă de îngrijiri paliative vă poate sfătui nu doar în terapia durerii și a tratării simptomelor, ci și în privința aspectelor psiho-sociale.
- Personalul echipei mobile de îngrijiri paliative îi sprijină pe pacienți și pe aparținătorii lor în trecerea de la internarea în spital către îngrijirea la domiciliu.
- Voluntarii hospice sunt instruiți și pregătiți pentru a vă prelua din sarcini, de exemplu, atunci când aveți de rezolvat ceva și nu puteți fi alături de bolnav. Prezența lor aduce de multe ori culoare în cotidian, deoarece pot fi parteneri de discuții, pot să citească cu voce tare, pot asculta, prelua mici sarcini și, după nevoie, pot însoți pacientul la plimbări sau la consultații.

## Dacă îngrijirea la domiciliu nu mai este posibilă temporar sau permanent

În cazul unei îngrijiri de mai lungă durată sau mai intense la domiciliu, se poate întâmpla ca aparținătorii să aibă nevoie de o pauză de la îngrijire, pentru a-și reface forțele. Poate este chiar necesară stabilirea tratamentului simptomelor apărute (de exemplu dureri) în cadrul unei internări la spital pentru o durată limitată de timp.

### Ce este de făcut?

- Dacă există în apropiere o unitate hospice cu centru de zi, aceasta v-ar putea ajuta în îngrijirea și însoțirea pacientului grav bolnav peste zi: Centrele de zi oferă îngrijirea medicală și psiho-socială a pacienților peste zi.
- Pentru o îngrijire temporară cu internare, se poate opta între un serviciu hospice cu internare și o secție pentru îngrijiri paliative în spital.
- Dacă situația se stabilizează din nou, pacientul poate fi lăsat la domiciliu, unde îngrijirea va fi reluată cu ajutorul echipei mobile de îngrijiri paliative.
- Cazurile foarte grave și persoanele aflate pe moarte care nu au posibilitatea unei îngrijiri la domiciliu pot fi internate în hospice sau într-o secție de îngrijiri paliative. Aceste instituții cu internare oferă, pe lângă terapia durerii și controlul simptomelor, și o însoțire și îngrijire intensivă psihosocială și spirituală până la survenirea decesului. Trebuie să aveți în vedere că secțiile de îngrijiri paliative, prin menirea lor de bază, sunt concepute pentru stabilizarea unor situații foarte complexe și pentru o internare de cel mult trei săptămâni.

## Alte aspecte de reținut

Persoanele aflate pe moarte au o nevoie accentuată de odihnă și de somn. Ele se retrag din ce în ce mai mult din lumea exterioară și sunt preocupate de propria lor persoană. Această întoarcere spre sine este o stare care trebuie protejată, de aceea trebuie să avem grijă ca bolnavul să nu fie solicitat sau deranjat inutil. Un motiv pentru această slăbiciune și pentru retragere poate fi și așa numita „fatigue“. Aceasta este o stare de oboseală accentuată determinată de boală, care nu poate fi remediată prin somn sau odihnă.

Este important ca bolnavii să decidă singuri dacă și când doresc să doarmă sau să fie treji. În cadrul îngrijirii la domiciliu este important ca pacientul să aibă nopți liniștite. La nevoie, medicul curant poate prescrie medicamente în acest sens.

Un om pe moarte pierde deseori noțiunea timpului și se întâmplă ca visul să se amestece cu realitatea. Pe măsură ce pacientul avansează spre moarte, se poate întâmpla să nu mai recunoască persoanele prezente sau să vorbească cu persoane invizibile. Se întâmplă des ca acestea să fie rude sau prieteni decedați, iar bolnavii nu par a fi iritați, ci mai degrabă bucuroși de acest contact.

La persoanele aflate pe moarte apar des și faze de neliniște. În ultimele 2-3 zile de viață, acestea nu sunt ceva neobișnuit. Motivele pot fi diferite, de exemplu modificări în creier sau în metabolism; dar se poate întâmpla ca o anumită neliniște în fața morții să fie naturală și normală. De aceea, este important să se facă distincția dacă această neliniște îi vizează pe pacienți sau pe însoțitori. Deseori, persoanele aflate pe moarte nu percep ca fiind obositoare anumite mișcări fără scop ale brațului sau piciorului.

## Ce este de făcut?

- O apropiere drăgăstoasă, atingerea delicată, masajul ușor, porții mici din mâncarea sau băuturile preferate, dacă pacientul dorește.
- Aveți grijă, nevoile bolnavului se pot schimba! Câteodată, persoana aflată pe moarte dorește apropiere și atingere, altelei însă, consideră atingerea deranjantă. Nu interpretați greșit refuzul, ca semn de lipsă a afecțiunii – muribunzii fiind preocupați de ei înșiși și de viața lor.

- Este important să nu discutăm despre realitatea persoanelor aflate pe moarte sau să o catalogăm drept halucinație. Încercați să faceți parte din lumea lor și prin simplă ascultare să aflați mai multe despre aceasta. Acest lucru poate lărgi chiar și propria realitate.
- Dacă bolnavul este neliniștit, pe cât posibil nu îl lăsați singur. În astfel de cazuri, asigurați-i o ambianță liniștită, lumină plăcută, muzică în surdina. Încercați contactul delicat, eventual cutanat (la plexul solar, la palme, tălpi, spatele - dacă stă rezemat pe spate). Încercați să-i fredonați sau să-i cântați încet. Aplicați-i comprese cu ulei de lavandă pe plexul solar.
- Poate fi util să distrageți atenția pacienților neliniștiți aducând vorba despre amintiri plăcute din viața lor.



## Esențialul în privința alimentației

În cazul bolilor grave nevoia de a mânca se reduce tot mai mult. Dacă pacienții cu boli grave nu mai pot mânca sau nu mai doresc să mănânce, acest lucru declanșează o neliniște la aparținători, ceea ce este de înțeles. Dar și îngrijitorii profesioniști din cadrul serviciilor medicale și paliative devin îngrijorați ca bolnavii să nu sufere de foame sau de alimentație deficitară.

La persoanele aflate spre sfârșitul vieții este normal să dorească să mănânce mai puțin sau să nu mănânce deloc. Pierderea apetitului este un simptom des întâlnit în fazele avansate ale bolilor. Corpul bolnavilor gravi se protejează în acest mod, deoarece nu doar înghițirea de alimente, ci și digestia necesită multă energie.

De multe ori, aparținătorilor le vine greu să accepte acest comportament și faptul că dorința pentru mâncare este tot mai puțină sau dispare de tot. În ultima fază a vieții, de cele mai multe ori metabolismul devine catabolic, ceea ce înseamnă un metabolism orientat spre degradare, care nu poate fi modificat nici măcar de o alimentație bogată în calorii. Continuarea pierderii în greutate nu poate fi evitată. Cantitățile normale de alimente nu mai pot fi prelucrate. Sunt suficiente cele mai mici cantități pentru a potoli foamea și setea.

Consecința poate fi că bolnavii nu mai înghit deloc alimente și doresc doar să bea lichide. Pe parcursul procesului către moarte este posibil să renunțe și la lichide. Atunci trebuie să avem grijă să hidratăm corespunzător mucoasa gurii pentru ca pacienții să nu sufere de senzația de sete (vezi capitolul despre hidratare și îngrijirea gurii).

Dacă alimentarea nu mai este posibilă, trebuie să asigurăm starea de bine a bolnavului pe alte căi. Este vorba despre alte forme de atenție iubitoare – iar iubirea este creativă și nu trece întotdeauna prin stomac.

### **Ce este de făcut?**

- Nu forțați niciodată pacientul să mănânce.
- În cazul lipsei poftei de mâncare poate ajuta să-i oferiți bolnavului cantități foarte mici de mâncare pregătită cât se poate de gustos.
- De multe ori, o singură căpșună este cantitatea pe care bolnavul o poate mânca cu poftă și bucurie.

- Poate ajuta chiar și un păhărel de aperitiv servit cu o jumătate de oră înainte de masă.
- Deoarece pofta pentru anumite mâncăruri se poate modifica permanent, bolnavul trebuie întrebat mai des despre mâncărurile și băuturile preferate.
- Chiar și servirea mesei alături de alții poate spori pofta de mâncare.
- În astfel de situații multor bolnavi le place înghețata, poate înghețata de vanilie sau de lămâie.
- Dificultățile de înghițire pot reprezenta o altă problemă în ceea ce privește alimentația. Aceste dificultăți apar în urma modificărilor patologice ale esofagului, prin inflamații sau însoțesc o afecțiune de tipul demenței.
- În cazul dificultăților de înghițire trebuie avut grijă ca atunci când mănâncă, trunchiul bolnavului să fie ridicat, pentru evitarea înecării.

## Esențialul în privința hidratării

Dacă procesul morții este foarte avansat și se instaurează slăbiciunea tot mai accentuată, e posibil ca bolnavii să renunțe nu doar la mâncare, ci și la băutură. Acesta este un proces natural, iar o suplimentare artificială de lichide prin perfuzii ar fi prea solicitantă pentru pacient, deoarece corpul de multe ori nu mai poate elimina lichidele furnizate suplimentar. Astfel, lichidele se depun în țesuturi sau în plămâni și pot îngreuna respirația.

Datorită cantităților mici de lichide băute, respirației pe gură și a diferitelor medicamente, poate apărea uscarea excesivă a mucoasei gurii și senzația de sete. Setea poate fi chinuitoare, de aceea este foarte importantă menținerea mucoasei gurii hidratată, printr-o îngrijire preventivă regulată a gurii (cel puțin de 2-3 ori pe oră). Astfel, senzația de sete a bolnavului poate fi alinată eficient.

S-a dovedit că reducerea cantității de alimente și lichide în apropierea decesului aduce o multitudine de avantaje pentru pacienți: apar mai rar vărsăturile, se reduc tusea și secrețiile, se reduce acumularea de apă în țesuturi, în plămâni și în stomac, se reduc și durerile. Ca urmare a introducerii de cantități mai reduse de alimente și de lichide, s-a constatat și o producție crescută de endorfine în creier, substanțe proprii ale corpului asemănătoare cu morfina. Rezultatul este reducerea durerilor, îmbunătățirea dispoziției, ceea ce contribuie la starea de bine a bolnavului.

### Ce este de făcut?

- Atât timp cât pacienții pot înghiți, pot fi administrate lichide în cantități mici, după dorința bolnavului, cu paiul sau cu pipeta.
- Sunt de folos și diferite spălături de gură, dacă pacientul nu este prea slăbit: de exemplu, cu supă, Coca Cola sau limonadă.
- Pentru îngrijirea gurii pot fi administrate toate băuturile preferate, eventual cu o pipetă sau cu o sticlută cu pulverizator. Sunt potrivite și berea, șampania sau vinul.
- Cantități mici de iaurt, unt, smântână, ulei de migdale sau măsline lubrifiază mucoasa gurii și astfel gura poate fi menținută umedă pentru mai mult timp.

- Unor pacienți le place înghețata cremă, efectul răcoritor și lubrifiant al înghețatei fiind perceput ca unul foarte plăcut.
- Bucățele mici de fructe înghețate sau cuburi înghețate din diferite băuturi (ananas, lămâie, mere) pentru lins. Atenție la utilizarea produselor acidulate! In zonele deschise ale mucoasei gurii băuturile acidulate pot provoca arsuri dureroase.
- Dacă înghițirea este îngreunată sau nu mai este posibilă, atunci devine importantă umezirea mucoasei gurii cu bețișoare speciale pentru îngrijirea gurii. Și aici pot fi folosite toate băuturile, în funcție de preferințele pacientului. Trebuie să fim atenți ca pacientul să nu se înece. Poate ajuta o poziționare laterală a bolnavului. Atenție: gura este considerată una dintre zonele intime ale omului. Îngrijirea gurii nu poate fi efectuată niciodată împotriva dorinței pacientului, până la urmă trebuind să fie percepută ca pe ceva plăcut. De aceea, trebuie avute în vedere și preferințele de gust ale pacientului.

## Modificări ale corpului când se apropie decesul

Corpul bolnavului aflat pe moarte se modifică vizibil și simțitor. Scade tensiunea arterială, pulsul se modifică. Nici temperatura corpului nu rămâne la fel: brațele și picioarele pot deveni mai reci datorită circulației sanguine reduse. Deseori se modifică respirația: poate deveni mai accelerată (până la 40 de inspirații pe minut) – sau poate încetini, cu pauze lungi între inspirații. La expirare se poate auzi un horcăit. Acest lucru apare atunci când conștientul s-a redus deja într-atât încât reflexele de înghițire și de tuse nu mai funcționează. Horcăitul la respirație este cauzat de cele mai multe ori de secrețiile pe care muribunzii nu mai reușesc să le elimine prin tuse, dar datorită conștientului deja tulburat nu îi mai deranjează. Însă pentru dumneavoastră ca însoțitor poate fi un zgomot extrem de neliniștitor, pentru că aveți senzația că muribundul s-ar putea îneca în orice moment. De aceea, se recomandă observarea expresiei feței pacientului: de obicei, par foarte relaxați și, de aceea, putem avea încredere că această respirație modificată nu îi deranjează. Modificările respirației vin și trec și de multe ori putem avea impresia că fiecare respirație poate fi ultima. Poate fi de ajutor dacă îi sprijiniți capul pacientului într-un mod în care să nu atârne în spate și să așezați muribundul într-o poziție ușor laterală.

Simțul olfactiv și cel auditiv se intensifică înainte de moarte, de aceea se poate întâmpla ca și bolnavii cu probleme mari de auz să audă chiar și un sunet șoptit.

Starea de conștiență se poate modifica. Poate fi tulburată și pacienții par să doarmă marea majoritate a timpului. Dar sunt și faze mai scurte de conștiență relativ clară, în care bolnavii pot comunica din nou.

Datorită schimbărilor de metabolism, se poate întâmpla ca simțul olfactiv al bolnavului să se modifice. Atunci este de ajutor o îngrijire preventivă, atentă a corpului.

### Ce este de făcut?

- Încercați să mențineți calde picioarele pacientului, cu șosete sau cu o sticlă cu apă caldă înfășurată. Aveți grijă ca sticla cu apă caldă să fie bine înfășurată și să nu fie prea fierbinte pentru a evita arsurile.
- De obicei, păturile calde sunt considerate de bolnavi prea grele, fiind mai eficiente mai multe pături subțiri și ușoare.

- Dacă bolnavul transpiră foarte mult, atunci ar trebui acoperit doar cu un cearșaf, pentru că supraîncălzirea poate fi percepută ca fiind neplăcută.
- Ridicarea ușoară a trunchiului sau poziția semilaterală poate ușura respirația.
- Trebuie să fiți foarte rezervați în utilizarea mirosurilor (de exemplu, lampa de aromaterapie). Fiți atenți la mirosurile care îi plac sau nu îi plac persoanei aflate pe moarte. Deseori, simțul olfactiv al muribundului se intensifică și chiar și mirosurile care înainte îi plăceau sunt percepute acum ca fiind prea puternice și pot provoca o stare de rău.
- Fiți atenți la ceea ce vorbiți lângă patul muribundului. Porniți de la premisa că acesta poate auzi totul, chiar dacă nu mai poate răspunde. Acest lucru înseamnă în același timp că încă îi mai puteți spune orice, ceea ce ați fi vrut să-i spuneți dintotdeauna. Puteți să presupuneți că spusele dumneavoastră vor fi auzite.
- Este important să îngrijiți bine pielea bolnavului și să-i asigurați o poziție comodă care să fie schimbată după câteva ore. Acest lucru este important pentru evitarea formării escarelor. Veți primi informații corespunzătoare în această privință de la serviciul dumneavoastră de îngrijire paliativă la domiciliu.

## Cum se poate alina dificultatea de respirație

Dificultatea de respirație este senzația subiectivă că aveți aer puțin sau deloc. Durerile și frica intensifică dificultatea de respirație. Senzația de sufocare poate duce la panică sau frica de moarte. Cauza lipsei de aer este mai rar lipsa de oxigen, ci mai mult eșuarea mecanismului respirației. De aceea, administrarea de oxigen nu își prea are rostul.

### Ce este de făcut?

- În situații în care bolnavul are dificultăți de respirație nu îl lăsați singur.
- Transmiteți-i liniște și siguranță și, cel mai important: rămâneți la ritmul dumneavoastră de respirație proprie, liniștită. Acest lucru este foarte important, deoarece respirația neregulată se transmite.
- Deschideți ferestrele, răcirea feței fiind percepută adesea ca și ușurătoare.
- Ventilatoarele pot reduce lipsa de aer, la fel și un umidificator de aer.
- Țineți cont de apropiere și distanță – câmpul vizual al bolnavului ar trebui menținut liber. Deci nu vă aplecați foarte mult deasupra pacientului, deoarece această apropiere poate intensifica lipsa de aer.
- Ridicați trunchiul bolnavului, eventual sprijiniți-i brațele pe câte o pernă.
- Un masaj ușor al picioarelor poate contribui la relaxare și, astfel, la atenuarea lipsei de aer.
- Se pot utiliza uleiuri volatile, precum cele de mentă, lămâie sau cedru – câteva picături pe o meșă în apropierea pernei, dacă bolnavul le consideră plăcute – totuși, atenție la spasme!
- Administrați medicamentele prescrise de medic pentru situații de urgență la timp (vezi capitolul despre Prevenirea eventualelor crize și urgențe).

## **Dacă apare febra**

Diferite infecții și alte complicații în procesul morții pot declanșa febra. Acesta nu este un motiv de panică. Febra ușoară nu deranjează pacientul aproape deloc. Dacă temperatura corpului urcă peste 38,5 grade, atunci îi poate provoca bolnavului un disconfort accentuat și o nevoie crescută de respirație. Scăderea rapidă a temperaturii corpului cu medicamente antitermice poate solicita foarte mult pacientul, astfel că febra trebuie scăzută cu metode mai delicate.

## **Ce este de făcut?**

- Compresele răcoroase, dar nu reci pe frunte, zona inghinală și pulpe, sunt percepute ca fiind plăcute.
- Acoperiți bolnavul doar cu un cearșaf.
- Faceți-i spălături pe tot corpul cu mentă răcoritoare, dacă acest lucru nu este prea solicitant pentru bolnav.
- Administrați-i băuturi reci, îngrijirea gurii cu cuburi de gheață contribuind și ea la starea de bine.



## Asigurarea suportului spiritual

Mulți oameni își doresc sprijin spiritual, dată fiind apropierea decesului. Acest lucru este valabil și pentru persoanele care de mult timp nu au mai avut legături strânse cu biserica sau congregația de care aparțin. Întrebări despre sensul vieții, viața de după moarte și alte întrebări existențiale și religioase intră acum în prim plan și devin tot mai presante. Din acest motiv, o discuție cu un consilier spiritual sau duhovnic din propria biserică poate fi de ajutor și foarte importantă, atât pentru bolnavul în sine, cât și pentru aparținători și rude.

### *Ce este de făcut?*

- Autonomia omului este un bun foarte prețios. De aceea, respectați în această privință dorințele exprimate clar de persoana aflată pe moarte. Orice influențare de tip misionară și orice presiune pentru a „rezolva” ceva religios, sunt nepotrivite.
- Fiți gata să sesizați toate semnalele pronunțate și nepronunțate ale dorinței de sprijin spiritual, prin discuție, ritualuri celebrate/sacramente și obiceiuri.
- Depășiți rezerva de a aborda această temă în mod responsabil, adică întrebați persoana în cauză din timp dacă dorește să fie vizitată și însoțită de un consilier spiritual, preot sau de un reprezentant al congregației din care face parte.
- Informați-vă din timp despre posibilitatea de a intra în contact cu un consilier spiritual, preot sau pastor.
- Nu vă sfiți să le puneți acestora întrebările care vă preocupă în aceste momente.
- Profitați din timp de oferta suportului spiritual prin membrii echipei de îngrijiri paliative.

## Cum facem față eventualelor crize și urgențe

În îngrijirea persoanelor grav bolnave și a celor aflate pe moarte pot apărea tot timpul situații de criză și de urgență. Durerile, tulburările de respirație apărute din senin, sau, datorită bolii, eventualele crize epileptice pot, declanșa panică în rândul aparținătorilor.

Majoritatea acestor situații de criză pot fi depășite acasă, dacă dispuneți de pregătirea corespunzătoare. De aceea, este foarte important să discutați în prealabil cu medicul curant ce fel de crize pot apărea. Apoi, veți întocmi împreună un plan al eventualelor crize și situații de urgență. Astfel, în cazuri concrete, veți putea acționa rapid și evita crizele, de cele mai multe ori înainte de a se instala panica.

La cele mai multe persoane grav bolnave sau aflate pe moarte nu apar crize dramatice. Însă o planificare din timp le oferă siguranță nu doar pacienților, ci și aparținătorilor care îi îngrijesc. De aceea, nu vă sfiți să discutați din timp cu medicul dumneavoastră despre aceste situații. Medicul vă va pune la dispoziție instrucțiuni în scris pentru fiecare situație posibilă.

### Ce este de făcut?

- Discutați împreună cu doctorul și cu echipa de îngrijiri paliative ce fel de crize pot să apară în anumite situații.
- Întocmiți împreună un plan de crize și urgențe. Acesta ar trebui să conțină și cui vă puteți adresa în cazul în care situația vă depășește și dumneavoastră ajungeți la limită.
- Păstrați instrucțiunile scrise la îndemână.
- Păstrați medicamentele pentru crize și situații de urgență la îndemână, într-o cutie de urgență.
- Nu ezitați să utilizați medicamentele prescrise. Medicul dumneavoastră le-a dozat și le-a prescris pentru această situație.

## Îngrijirea și sprijinul persoanelor care suferă de demență

Demența este o maladie incurabilă, care avansează cronic și grăbește moartea. Probabilitatea de îmbolnăvire crește odată cu vârsta. Doar aproximativ 2% din populație face o formă de demență înainte de 65 de ani. La apariția primelor simptome, majoritatea celor afectați au ajuns la vârsta de 80 de ani sau au depășit această vârstă. Măsurile de prevenire efectivă nu există. Nici modul de viață sănătos, nici trainingul spiritual nu pot împiedica apariția demenței. Există multe forme ale demenței, cea mai răspândită fiind boala Alzheimer.

### **Cum se manifestă boala?**

- Uitare – pierderea tot mai accentuată a memoriei: primul semn este că persoanele afectate uită mult mai mult decât ar fi de așteptat la o vârstă înaintată. Amintirile din trecut sunt încă foarte clare, dar probabil că deja au uitat ce au mâncat la prânz, acum două ore. La început, bolnavii încearcă să umple pe cât posibil aceste lacune de memorie. Cu cât avansează demența, cu atât mai multe fragmente de memorie vor fi pierdute. Amintirile din copilărie și din viața de adult tânăr rămân intacte în cea mai mare măsură.

- Pierderea controlului: destul de repede începe pierderea controlului în ceea ce privește propriile cuvinte și acțiuni. Instinctele, inițiativele și sentimentele care ghidează pe moment persoana afectată se impun fără oprire. Pentru cei din jur, acest lucru este de multe ori de neînțeles și extrem de ciudat. De exemplu, o doamnă în vârstă care nu a rostit niciodată în viața ei o înjurătură, începe dintr-o dată să înjure ca un birjar atunci când ceva nu îi convine.

Un domn în vârstă, întotdeauna foarte rezervat, poate fi provocat de formele impunătoare ale unei doamne și să pună mâna fără jenă pe sânii sau pe șezutul acesteia. Nu trebuie să ne așteptăm la reținere și la bune maniere de la bolnavii cu demență!

- Pierderea accentuată a orientării: de exemplu, dacă bolnavii ies din locuințe, într-una din zile nu-și vor mai găsi drumul spre casă. Nu mai reușesc să-și ordoneze cronologic corect trăirile, uită pur și simplu în ce an suntem și ce vârstă au. Dacă demența este mai avansată, nu-și mai recunosc propria locuință. Prezentul își pierde tot mai mult din importanță. Cei afectați devin „călători în timp” și se întorc mult în trecut. Ei trăiesc în

propria lor realitate, în care cele amintite devin prezentul.

- Încurcarea persoanelor: în decursul bolii, recunoașterea persoanelor devine tot mai incertă. Foarte des nu-și mai recunosc nici măcar propriii copii. Fiica devine mamă pentru bolnav, fiul devine soțul sau tatăl, adică relațiile adânci se păstrează, dar cu roluri interschimbate. Se întâmplă foarte des ca o persoană de încredere, de care bolnavului îi este dor, să fie „transpus” într-o persoană prietenoasă și căreia îi pasă, prezentă din întâmplare.

- Pierderea gândirii și a logicii: o dată cu avansarea bolii, capacitatea de a gândi se reduce treptat. Într-o lume lipsită de logică, nimic nu se mai lasă explicat, totul pare posibil. Chiar și moartea își pierde caracterul definitiv. Și atunci persoanele afectate nu mai sunt capabile să înțeleagă. Explicându-le că ceva nu este corect le mărește doar nesiguranța și sentimentul de a nu fi înțeleși.

- Afectarea vorbirii: treptat se pierde și vorbirea. La început lipsesc doar câteva cuvinte. Pacientul privește omul căruia vrea să-i comunice ceva căutând după ajutor și este recunoscător atunci când ajutorul vine din partea acestuia. Mai târziu, pacientul nu mai reușește să-și termine frazele, cuvintele încep să se destrame, limbajul devine de neînțeles și, până la urmă, dispare de tot. Deseori, persoanele afectate își exprimă lumea lor interioară prin mișcări repetitive, lovesc repetat aceeași suprafață, bat cu bastonul pe jos sau împățuresc batiste invizibile. Aceste mișcări nu sunt lipsite de sens! Chiar dacă de multe ori nu înțelegem despre ce este vorba, ele exprimă întotdeauna ceva ce este important pentru acești oameni.

### ***Relația bolnavului cu persoanele iubite?***

- Abundența specială de sentimente și intensitatea sentimentelor persoanelor afectate sunt resurse prețioase care ne permit să le înțelegem mai bine, să rămânem în contact cu ele, să putem râde și plânge împreună cu ele. Pacienții cu demență sunt persoane foarte sensibile și rămân așa până la sfârșit. Sensibilitatea și abundența sentimentelor sunt bunuri prețioase care nu ar trebui subestimate. O viață fără sentimente, fără sentimentalism, ar fi o viață sărăcă, nu ar avea culoare, nici accente, nu ar exista nici tristețe, nici bucurie sau fericire.

- Dacă boala este avansată, cei afectați experimentează lumea exclusiv la nivelul sentimentelor. Doar acolo putem încerca să ne reîntâlnim cu ei. În ceea ce privește abundența sentimentelor, bolnavii ne întrec pe noi, cei cu

„gândirea normală”, de departe! Ei sunt campionii mondiali ai sentimentelor și, de aceea, recunosc imediat dacă intențiile noastre cu ei sunt într-adevăr bune și sincere. Ei simt neliniștea și nervozitatea interlocutorului și reacționează. De multe ori ne surprind, când pricep situații complexe extrem de repede, prin intermediul sentimentelor. În același timp, această sensibilitate mare îi face extrem de vulnerabili. Comportamentul fără respect, lipsa aprecierii, de exemplu, când se vorbește despre ei fără să fie luați în seamă, îi rănește și declanșează un comportament reactiv (de exemplu, agresivitate), ceea ce îi îndepărtează de cei din jur, supărându-i.

## Ce este de făcut?

### **... pentru ca persoana dragă să se simtă bine**

- Comunicarea suficientă este condiția pentru a nu pierde contactul cu pacientul, pentru a evita neînțelegerile și comportamentele chinuitoare. Terapia de validare dezvoltată de Naomi Feil poate fi o sursă de informare pentru aparținători.

- Gândiți-vă că persoanele cu demență avansată se exprimă prin corpul și comportamentul lor. Semnalele pe care le transmit (de exemplu, strigătul, comportamentul defensiv, neliniștea crescândă sau retragerea rapidă) sunt concepute de multe ori ca fiind „deranjante” și dorim să le știm înlăturate. Însă aceste semnale au întotdeauna un motiv! Motive dese sunt, de exemplu, durerile, vezica plină, frica sau zgomotul puternic. Comunicarea reușită, observarea empatică și, nu în ultimul rând, rutina de mulți ani cu persoana afectată ajută în înțelegerea mai bună a semnalelor.

- Evitați să corectați pacientul, să-l confrunțați cu un „adevăr” fără sens pentru el sau să-l orientați spre realitate. Foarte probabil nu veți reuși, iar bolnavul se va simți părăsit chiar și de dumneavoastră și va cădea într-o insecuritate și mai mare.

- Deoarece pacienții cu demență în formă avansată trăiesc la nivelul sentimentelor, pentru ei este esențial să-și exprime sentimentele și să le împărtășească cu cineva. Lăsați persoana pe care o însoțiți să-și etaleze sentimentele în mod deschis și luați-o așa cum este. Chiar dacă nu știți de ce este tristă persoana respectivă, știți totuși cum este să fii trist.

- Îmbrățișați tot timpul persoana iubită. Bolnavii de demență au nevoie de susținere și de atenție, au nevoie de sentimentul de siguranță. În cazul în care cuvintele dispar treptat, persoanele afectate resimt sprijinul și atenția

cel mai bine prin atingere și apropiere.

- Demența nu protejează de dureri! Deoarece la vârste înaintate durerile sunt foarte frecvente, comportamentele stridente sunt deseori semne indirecte ale durerii. Dacă ajungeți la concluzia că bolnavul are dureri, informați cât de repede medicul!

### ***... pentru ca eu să mă simt cât se poate de bine***

- Gândiți-vă la dumneavoastră fără să aveți muștrări de conștiință! Doar dacă dumneavoastră vă merge cât de cât bine, poate să-i meargă bine și persoanei pe care o îngrijiți.

- Lăsați-vă ajutat! Îngrijirea unei persoane cu demență este o sarcină extrem de dificilă, care trebuie împărțită între cât mai multe persoane. Nu vă sfiți să implicați încă de la început și alți aparținători și să rugați persoane apropiate să vă ajute.

- Să nu credeți că ar fi obligația dumneavoastră să vă descurcați pe cont propriu cu greutățile tot mai mari sau că datorați acest lucru persoanei dragi! Dimpotrivă, îi datorați mai mult decât orice să aveți grijă de dumneavoastră cât de bine se poate!

- Luați-vă timp pentru dumneavoastră! Nimeni nu dispune de resurse fizice și psihice inepuizabile. O persoană permanent suprasolicitată nu se poate odihni suficient și poate deveni o persoană nervoasă. Urmarea: pacientul este deranjat, iar dumneavoastră vă chinuiți cu reproșuri.

- Este importantă și corectă apelarea din timp la servicii la domiciliu, dacă nevoia de îngrijire crește. Cereți sfatul echipei mobile de îngrijiri paliative dacă starea persoanei îngrijite se deteriorează foarte mult și durerile, problemele de respirație sau alte simptome chinuitoare survin tot mai des.

- Ofertele de consiliere psiho-socială sunt ajutoare valoaroase care pot contribui mult la ușurarea vieții. Informați-vă despre centre de îngrijire de zi sau alte servicii de îngrijiri paliative din zonă care să vă sprijine la nevoie.

- Nu este o rușine, ci de multe ori e cea mai bună soluție să încredințați persoana dragă unui centru de îngrijiri, dacă ați ajuns la capătul puterilor. Nu stați prea mult pe gânduri! Vizitele la centru, unde puteți să-i acordați atenție și iubire bolnavului, în timp ce sunteți odihnit și relaxat, îmbunătățesc relația și devin trăiri pozitive pentru amândoi.

## Dacă bolnavul intră în comă

Pe parcursul procesului către moarte, bolnavul în stare gravă este tot mai puțin conștient și este din ce în ce mai greu să fie trezit. Pacienții se regăsesc într-o stare intermediară între a fi treaz și adormit. La atingeri bruște sau zgomote puternice reacționează de obicei cu o sperietură. De aceea, luarea contactului cu ei, de exemplu înainte de efectuarea îngrijirilor necesare, trebuie făcută cu mare grijă.

Tulburarea conștienței rămâne rareori la fel, ea variind permanent. Persoanele care sunt în comă de mai multe zile, se pot trezi din când în când pentru perioade scurte de timp și pot spune câteva cuvinte. De multe ori, în această fază, bolnavii reacționează doar la vocile persoanelor foarte apropiate. Dar se poate întâmpla și faptul că pacienții nu mai recunosc deloc persoanele de referință.

În această stare uneori este utilă îngrijirea și însoțirea bolnavului de către aparținători sau persoane în care bolnavul are încredere. Neliniștea în cameră, forfota multă poate fi deranjantă în astfel de momente. Se recomandă ca muribundul să fie lăsat singur din când în când. Dar este important să fie anunțat în această privință: „Acum voi ieși și revin peste o jumătate de oră.”

Chiar dacă pacientul nu mai poate vorbi, cu siguranță poate auzi. Dar muribunzii au nevoie de mai mult timp până când cuvintele ajung la ei. De aceea, este important ca, în fața unei persoane aflate pe moarte, să ne exprimăm încet, cu cuvinte simple, pentru a le ușura recepționarea celor auzite. La fel, li se va explica întotdeauna ce fel de măsuri de îngrijire sau alte activități urmează să fie efectuate.

## Ce este de făcut?

- Vorbiți cu bolnavii la fel cum o făceți și înainte.
- Pe cât posibil nu puneți întrebări, dacă bolnavul nu mai este în stare să vă răspundă.
- Încercați să asigurați o ambianță liniștită.
- Poate există persoane care îi sunt importante bolnavului și care poate doresc să-și ia rămas bun de la el. Anunțați-i.

- Pentru comunicări importante nu este niciodată prea târziu (de exemplu, „Îmi pare rău”, „Te iubesc“).
- Conferă foarte mult sprijin însoțirea în liniște, stând pur și simplu lângă pacient.
- Dacă acest lucru vă este greu, fiți atenți la propria respirație, respirați în liniște, gândindu-vă la amintiri plăcute trăite cu persoana aflată pe moarte, poate cu un zâmbet și cu grațitudine.



## Dacă survine decesul

Moartea înseamnă încetarea lentă a funcțiilor vitale și, de obicei, sfârșitul vieții este ceva nespectaculos și liniștit. Faptul că moartea se apropie într-adevăr, se poate recunoaște din mai multe semne:

Ochii muribundului sunt deschiși sau pe jumătate deschiși, dar deja nu mai vede. Gura este deschisă. Partea inferioară a corpului, picioarele, genunchii și mâinile se închid la culoare datorită circulației reduse și au un aspect de marmură. Pulsul bate tot mai încet, muribunzii nu mai reacționează la ceea ce se întâmplă în jur. Între respirații intervin pauze lungi sau bolnavul poate respira foarte repede. Ceea ce câteodată pare a fi ultima respirație, după câteva minute poate fi completată de încă una sau două respirații lungi.

Decesul survine în momentul în care bătăile inimii și respirația se opresc. Pacientul inspiră, expiră și apoi nu mai inspiră ...

## Ce este de făcut?

- Acum nu mai trebuie să faceți nimic. Aveți la dispoziție tot timpul necesar să vă luați la revedere.
- De aceea, după ce a survenit decesul, nu ar trebui să fiți imediat activi. Lăsați ca liniștea acestui moment să vă cuprindă.
- Lăsați sentimentele să iasă la suprafață. Lăsați să vă vină în minte amintirile celor trăite împreună, poate veți dori să-i mulțumiți persoanei dragi pentru acestea.
- Observați expresia relaxată și împăcată de pe fața persoanei tocmai decedate. Poate reușiți, pe lângă suferința dumneavoastră, să simțiți și puțină ușurare, în sensul că persoana dragă a reușit.
- Informați medicul de familie sau medicul comunității pentru a putea constata decesul și pentru a putea elibera certificatul de constatare a decesului.
- Nu modificați nimic în poziția sau îmbrăcămintea persoanei decedate înainte de sosirea medicului legist.
- Informați echipa dumneavoastră de îngrijiri paliative sau de îngrijiri la domiciliu. Ei vă vor ajuta în acordarea ultimei îngrijiri persoanei decedate.

- Gândiți-vă la aparținătorii, prietenii persoanei decedate. Poate sunt printre ei câțiva care și-ar dori să-și ia rămas bun personal. Vă rugăm să nu uitați de copii. Pentru aceștia este la fel de important să-și poată lua rămas bun. Grija că cei mici ar putea fi suprasolicitați de acest lucru, este neîntemeiată. Copiii se comportă foarte natural cu morții și putem învăța de la ei. Este important să răspundem la toate întrebările puse de copii foarte deschis și să-i lăsăm pe ei să decidă dacă doresc sau nu să atingă persoana decedată. Bineînțeles că au voie, însă nu ar trebui forțați la nimic.
- Dacă nu vă simțiți în largul dumneavoastră să rămâneți singur cu defunctul, apelați la o rudă sau un prieten – cel mai bine la cineva care are deja experiență în cazuri similare.
- Sunt aparținători care se simt vinovați dacă în momentul decesului nu s-au aflat lângă muribund. Totuși, experiența a arătat că de multe ori oamenii mor mai ușor dacă sunt singuri.
- Abia când vă simțiți pregătit, anunțați pompele funebre. Acolo veți clarifica împreună următorii pași.
- Dacă doriți și legea vă permite, puteți ține defunctul dumneavoastră drag acasă pentru încă o zi sau două. Aici trebuie să țineți cont de faptul că în funcție de boală, dar și de temperatura de afară, cu timpul poate apărea un miros neplăcut. Dacă se întâmplă așa, pompele funebre vor fi cu siguranță de acord să ridice defunctul mai repede decât era stabilit. Atenție: Vă rugăm să vă interesați de legislația în vigoare, dacă există o interdicție de păstrare a decedatului la domiciliu sau la biserică.
- Atmosfera din camera unei persoane decedate este una specială. Aparținătorii și îngrijitorii găsesc de multe ori benefic să stea în liniște lângă patul de moarte. În acest timp, se poate observa de multe ori felul în care expresia feței se modifică odată cu trecerea orelor. Expresia profundă de relaxare și de împăcare devine mai evidentă și mulți aparținători găsesc acest lucru ca fiind liniștitor.
- Poate aveți ceva ce doriți să-i lăsați defunctului. Poate un mic obiect care îi plăcea în mod deosebit, de exemplu o fotografie, un desen sau o scrisoare. Copiii confecționează adesea cu plăcere un desen pe care să-l așeze în mormânt; sau alegeți la florărie o floare unică, specială, ca ultim cadou.

- Din cercetările asupra suferinței se știe că gestionarea și trăirea momentului de despărțire față de persoana tocmai decedată are o influență decisivă asupra procesului de doliului care urmează.
- Important: Acordați-vă timpul necesar pentru a vă lua rămas bun, deoarece acesta este un moment important care nu se mai întoarce, deci folosiți-l așa cum doriți.

## Cum să trăim cu suferința

Însoțirea unei persoane dragi în procesul morții reprezintă una dintre cele mai intense trăiri. Pentru aparținători, moartea unei persoane apropiate înseamnă de multe ori o situație de criză profundă.

Chiar și în situația în care vă confrunțați cu apropierea morții de mai mult timp, atunci când survine decesul veți trăi o durere de despărțire bruscă și neașteptată.

Suferința reprezintă ceva foarte personal. Fiecare dintre noi își are propriile metode de a gestiona pierderea unei persoane dragi. Orice formă a suferinței, chiar dacă pare neobișnuită, ar trebui respectată, deoarece corespunde modului personal de a suferi al fiecărui individ.

Perioada până la înmormântare trece de obicei cu probleme organizatorice și oficiale. De multe ori, suferința intervine extrem de intensiv după înmormântare, atunci când ne dăm seama cu durere de lipsa persoanei dragi.

Suferința este o reacție normală și sănătoasă a sufletului, pentru a putea prelucra despărțirea și pierderea unei relații.

Suferința decurge deseori în valuri; sunt momente în care este foarte intensă, apoi pare din nou suportabilă. Ea poate să dureze o perioadă lungă, cu o intensitate variată. Legătura cu persoana decedată poate fi păstrată întreaga viață. Însă pe parcurs ea se transformă, pe măsură ce pierderea va fi integrată în viața persoanei care suferă. Totuși, persoana decedată poate rămâne alături de noi toată viața în calitate de „însoțitor intern”.

### Ce este de făcut?

- Acordați suferinței spațiu și timp, nu o refuzați.
- În cazul unei suferințe mari și de durată, este de recomandat ca, pe lângă sprijinul membrilor de familie și al prietenilor, să apelați și la ajutor din exterior.
- Poate fi de ajutor și o discuție cu persoanele care au îngrijit defunctul.
- Pentru mulți întâlnirea cu alte persoane îndoliate reprezintă o alinare; din acest motiv există așa numitele grupuri de sprijin în perioada de doliu, de obicei organizate prin serviciile de îngrijiri paliative.

- Printre altele, pot fi de ajutor discuțiile din cadrul grupurilor de sprijin în perioada de doliu sau discuțiile individuale cu un consilier spiritual, psiholog sau psihoterapeut.

## Copiii și moartea

Copiii mici nu pot înțelege moartea și caracterul ei definitiv, deoarece nu dețin încă noțiunea timpului. La vârsta de 3 – 5 ani percep moartea ca și o stare trecătoare. Sunt foarte des întâlnite întrebările de genul ”când se întoarce”. Începând de la vârsta de aproximativ 6 ani, copiii încep să perceapă treptat moartea cu caracterul ei definitiv. Însă moartea nu este adusă în legătură cu propria lor persoană. Abia în anii următori încep să își dea seama că atât ei înșiși, cât și alte persoane de referință vor muri într-o bună zi. Încep să privească moartea în mod realist. Cu cât înaintează în vârstă, cu atât mai mult recunosc efectele emoționale și cu caracter schimbător pentru viață pe care le aduce moartea. Tinerii sunt preocupați foarte des în mod intensiv de probleme existențiale ale vieții și de ideile despre lumea de dincolo.

### Ce este de făcut?

- Povestiți-i copilului dumneavoastră adevărul, folosind cuvinte potrivite. Altfel, veți risca o pierdere a încrederii profunde și posibil de durată.
- Lăsați copilul dumneavoastră să participe la cele întâmplate. Astfel, copilul se va simți luat în serios și integrat. Astfel, îi semnalizați copilului dumneavoastră: „Aparții și tu acestei situații, îți încredințez această problemă.”
- Luați copilul la patul de moarte. Înainte, explicați-i ce va vedea, auzi și simți („Bunicul stă în pat, nu poate vorbi, respiră greu, mâinile sale sunt reci ...”).
- Poate copilul dumneavoastră va dori să preia mici sarcini de îngrijire, cum ar fi oferirea unei băuturi.
- Este importantă denumirea clară a morții. Spuneți: „Bunicul a murit.” Evitați parafrazările precum „Bunicul a adormit sau a plecat de la noi.” Deseori copiii iau astfel de lucruri în serios.
- Oferiți-i copilului dumneavoastră șansa de a-și putea lua rămas bun de la defunct. Și aici este important să-i explicați copilului dinainte ce îl așteaptă: „Bunicul este mort. Stă culcat în pat, nu se mai poate mișca, este rece, pielea lui este palidă, ...”. Copiii trebuie să vadă și să simtă, pentru a putea înțelege. Este un impuls natural al copiilor să vrea să atingă mortul. Este în ordine.

- Poate fi de ajutor pentru copii să-i dea ceva defunctul atunci când își iau rămas bun. Acest lucru poate fi o imagine, o scrisoare sau ceva făcut de ei.
- Lăsați copilul dumneavoastră să participe la pregătirile de înmormântare și la înmormântare. Poate copilul dumneavoastră va dori să confecționeze propria sa panglică pentru coroană.
- Copiii suferă altfel decât adulții. De obicei, suferă punctual, în perioade de timp bine delimitate.
- Faceți împreună cu copilul dumneavoastră o „ladă cu amintiri“, în care să păstrați obiecte importante care să vă aducă aminte de defunct.
- În astfel de perioade copiii și tinerii au nevoie de toleranță sporită. Probleme de concentrare la școală și retragerea temporară apar des și sunt considerate normale.

## Glosar de termeni în Îngrijirea Paliativă și Hospice

### ***Pacienții fără discernământ***

Un pacient fără discernământ este persoana care, din cauza unei boli grave sau urmare a unui tratament medical, nu își mai poate exprima voința (de exemplu, prin pierderea cunoștinței sau din cauza confuziei). O persoană imputernicită poate prelua responsabilitatea deciziilor medicale. Persoana imputernicită este o persoană de încredere numită de un pacient cu discernământ care, în caz de pierdere a capacității de a lua decizii (pierderea cunoștinței, confuzie) informează medicul asupra dorințelor persoanei în cauză și, împreună, decid care este tratamentul necesar a fi urmat.

### ***Îngrijirile paliative și Hospice***

Îngrijirile paliative oferite sau de tip Hospice sunt servicii specializate care oferă asistență și îngrijiri persoanelor suferind de boli incurabile sau cronice progresive grave, inclusiv asistență și sprijin în faza finală a vieții. Aceste unități lucrează în strânsă colaborare cu alte instituții medicale (spitale, case de îngrijire, medici de familie, de îngrijire la domiciliu) și pun la dispoziția pacienților și a familiilor lor cunoștințele și experiența de care dispun pentru cea mai bună îngrijire posibilă, reprezentând un adevărat sprijin pentru pacient și familie.

### ***Voluntarii Hospice***

Voluntarii Hospice aduc de multe ori, prin prezența lor, culoare în viața de zi cu zi, prin aceea că sunt parteneri de discuție pentru pacienți, citindu-le, ascultându-i, oferind mici servicii suplimentare, însoțindu-i în plimbări sau la consultații medicale. Voluntarii sunt instruiți prin cursuri formale cu privire la activitățile pe care urmează să le desfășoare, fiind formați și supravegheați constant. Prin ajutorului acestora, bolnavii incurabili pot rămâne cât mai mult timp acasă, câteodată chiar și până în ultimul moment. În cadrul Hospice și al serviciilor de îngrijiri paliative, voluntarii fac parte din echipa de îngrijire. Aceștia au o activitate neremunerată, oferindu-și serviciile gratuit.



## ***Îngrijirea paliativă***

Îngrijirea paliativă reprezintă îngrijirea complexă oferită de o echipă interdisciplinară pacienților suferind de boli incurabile și progresive grave sau cu speranță de viață limitată, în scopul asigurării calității vieții. Se dorește alinarea diverselor simptome, precum durere, dificultăți de respirație, greață; de asemenea, sunt luate în considerare nevoile psihologice, sociale și spirituale ale pacientului. Îngrijirea paliativă se ocupă în egală măsură de nevoile bolnavilor și de cele ale familiilor acestora. După dorință, rudele sunt de asemenea sprijinite și după decesul persoanei apropiate. Îngrijirile paliative pot fi acordate la domiciliul pacientului sau prin internare în unități cu paturi din spitale sau din hospice-uri independente, în cazul persoanelor aflate la sfârșitul vieții.

### ***Unități de îngrijire paliativă***

O unitate de îngrijire paliativă este o secțiune separată într-un spital de îngrijiri acute sau o unitate independentă de internare, numită și "hospice". Sunt preluați pacienții cu boală incurabilă, avansată și progresivă, care necesită tratament într-un regim de internare. Consimțământul pacienților de a fi internați este o condiție prealabilă. De asemenea, este important ca pacienții să fie informați cu privire la cursul bolii lor și la opțiunile de tratament. Pentru un tratament cuprinzător al diferitelor nevoi fizice, sociale, emoționale și spirituale se află la dispoziția pacienților o echipă de profesioniști instruiți în specificul îngrijirilor paliative la sfârșitul vieții. Scopul este de a atenua simptomele, între care durerea este cel mai frecvent. Majoritatea pacienților sunt apoi externați pentru a fi îngrijiți acasă.

### ***Echipa mobilă de îngrijiri paliative***

Echipa mobilă de îngrijiri paliative este formată din medici, asistente medicale, asistenți sociali și alți asistenți. Aceștia colaborează cu medicii de familie ai pacienților. Scopul este de a ține sub control durerea și alte simptome și de a răspunde întrebărilor familiei legate de îngrijire. Referitor la aspectele psiho-sociale și spirituale ajută, de asemenea, asistenții sociali, psihologii și preoții. Mai mult, echipele de îngrijiri paliative sprijină pacienții și familiile acestora în perioada de tranziție între internarea în spital și îngrijirea la domiciliu.

## Obiectivele îngrijirii în ultima fază a vieții

Dr. Cicely Saunders (1918-2005), fondatoarea mișcării moderne Hospice, consideră că cel mai important obiectiv în îngrijirea unei persoane aflate la sfârșitul vieții se rezumă astfel:

***„Tu ești important, pentru că ești tu. Tu contezi până în ultimul moment al vieții tale și vom face totul pentru ca tu să poți trăi în demnitate până în ultima clipă.”***

În perspectiva morții se poate vorbi despre viață - o viață demnă până la capăt. "Arta de a muri" este inseparabilă de arta de a trăi.

Cel mai bun tratament medical, de îngrijire și suport psiho-social contribuie la îmbunătățirea calității vieții. Tratamentul și ameliorarea simptomelor bolii (de exemplu, durere, dificultăți de respirație, greață, constipație) reprezintă un ajutor pentru a preveni și a evita alte neplăceri. O îngrijire completă și complexă, ca principiu general în Hospice, are nevoie de continuitate și coordonare permanentă, începând cu domiciliul pacientului, în unitățile specializate de paliativ sau spitale generale. Dorințele pacienților și ale rudelor sunt respectate și, ori de câte ori este posibil, satisfăcute.

## Adrese utile pentru pacienți și aparținători

Asociația Națională de Îngrijiri Paliative (ANIP) din România pune la dispoziție adresele de contact ale serviciilor de îngrijiri paliative și hospice. De asemenea pacienții și aparținătorii pot găsi informații utile la:

[www.infopaliatie.ro](http://www.infopaliatie.ro)

### **Spitalul Județean de Urgență Alba**

Județul: Alba  
Localitatea: Alba Iulia  
Bulevardul Revoluției 1989, nr 23  
Telefon/Fax: 0258-820825  
Web : <http://www.spitalalba.ro>

### **Spitalul Clinic Județean de Urgență Arad**

Județul: Arad  
Localitatea: Ghioroc  
Adresa: Str. Principală nr.90  
Telefon/Fax: 0257-461323  
[scjaradsecretariat@yahoo.com](mailto:scjaradsecretariat@yahoo.com)

### **Centrul pentru Vârstnici și îngrijiri paliative LaserSystem**

Județul Arad  
Localitate Vladimirescu  
Tel :0257 - 899 411  
E-mail: [Office@lasersystem.ro](mailto:Office@lasersystem.ro)  
Web: [www.lasersystem.ro](http://www.lasersystem.ro)

### **Centru de Copii "Sf.Andrei"**

Județul: Argeș  
Localitatea: Pitesti  
Adresa: Bulevardul Petrochiomiștilor Nr.18  
Telefon/Fax: 0248-251112  
E-mail: [centrulsfantulandrei@yahoo.com](mailto:centrulsfantulandrei@yahoo.com)  
Web: [www.cid.org.ro](http://www.cid.org.ro)

### **Spitalul de Boli Cronice și Geriatrie "C.Bălăceanu Stolnici"**

Județul: Argeș  
Localitatea: Ștefănești  
Adresa: Str. Coasta Cîmpului nr.54  
Telefon/Fax: 0248 266929  
[spitalul\\_stefanesti@yahoo.com](mailto:spitalul_stefanesti@yahoo.com)  
Web: [www.spitalulstefanesti.ro](http://www.spitalulstefanesti.ro)

### **Asociația Lumina – Hospice "Casa Albert"**

Județul: Bacău  
Localitatea: Luncani  
Adresa: Str.Slatina, Sat Luncani, Comuna Mărgineni  
Telefon/Fax: 0234 515887  
E-mail: [hospice@asociatialumina.eu](mailto:hospice@asociatialumina.eu)  
Web: [www.asociatialumina.eu](http://www.asociatialumina.eu)

### **Spitalul Județean de Urgență Bacău**

Județul: Bacău  
Localitatea: Bacău  
Adresa: Str. Spiru Haret nr. 2-4  
Telefon/Fax: 0234 534000/1646  
E-mail: [informatii@sjubc.ro](mailto:informatii@sjubc.ro)  
Web: [www.sjubc.ro](http://www.sjubc.ro)

### **Fundația de Sprijin Comunitar Bacău**

Județul: Bacău  
Localitatea: Bacău  
Adresa: Str. Mărăști, nr 32,  
Telefon/Fax: 0234-585658  
E-mail: [fsc@fsc.ro](mailto:fsc@fsc.ro)  
Web: [www.fsc.ro](http://www.fsc.ro)

### **Fundația Hospice "Emanuel"**

Județul: Bihor  
Localitatea: Oradea  
Adresa: Str. Redutei nr.1 A, Cod 410061  
Telefon/Fax: 0259 475222  
E-mail: [office@emanuelhospice.org](mailto:office@emanuelhospice.org)  
Web: [www.emanuelhospice.ro](http://www.emanuelhospice.ro)

### **Spitalul Clinic Municipal Oradea**

Județul: Bihor  
Localitatea: Oradea  
Adresa: Str.Izvorului nr.57  
Telefon: 0359 413 471; 0359 413 173  
Fax: 0359 413 470  
Web: [www.spitpneumo.eu](http://www.spitpneumo.eu)

### **Spitalul Orășenesc Aleșd**

Județul: Bihor  
Localitatea: Aleșd  
Adresa: Str.1 Decembrie nr.3  
Telefon: 0259 342 374  
Fax: 0359/818567  
E-mail: secretariat@spitalalesd.ro  
Web www.spitalalesd.ro

### **Spitalul Clinic Județean de Urgență**

Județul: Bistrița Năsăud  
Localitatea: Bistrița  
Adresa: B-dul General Grigore Balan, nr.43  
Telefon/fax: 0263-231.404  
E-mail: spital.secretariat@bn.rdsnet.ro;  
Web: www.spital.bistrita.ro

### **Centrul de Îngrijiri Paliative al Protopopiatului Ortodox Român**

Județul: Brașov  
Localitatea: Brașov  
Adresa: Str. Constantin Lacea nr.37  
Telefon/Fax: 0268-471977  
E-mail: protopopiat@yahoo.com  
Web: www.protopopiatul-  
brasov.ro/cat\_centrul\_medical  
\_protopopiatul\_brasov.html

### **HOSPICE Casa Speranței Brașov**

Județul: Brașov  
Localitatea: Brașov  
Adresa: Str. Sitei nr.17A (sediul central)  
Telefon: 0268-474405, Fax: 0268-474467  
E-mail: hospice@hospice.ro  
Web: www.hospice.ro

### **HOSPICE Casa Speranței Făgăraș**

Județul Brașov  
Localitatea: Făgăraș  
Adresa: Spitalul Municipal "Dr.Aurel Tulbure"  
Str.Ghiocelilor nr.1, 505200 Făgăraș  
Telefon: 0268-281177

### **HOSPICE Casa Speranței Zărnești**

Județul Brașov  
Localitatea: Zărnești  
Adresa: Spitalul "Dr.Tiberiu Spârchez"  
Str.Policlinicii nr.12, 505800 Zărnești  
Telefon: 0771-440783

### **Spitalul Municipal Codlea**

Județul: Brașov  
Localitatea: Codlea  
Adresa: Str. 9 Mai, nr 10  
Telefon/Fax: 0268-252153  
E-mail: spitalulcodlea@yahoo.com  
Web: www.spitalulcodlea.ro

### **Centrul Integrat de Medicină Paliativă**

Județul: Brăila  
Localitatea: Brăila  
Adresa: Str. Grivitei nr 236  
Telefon/Fax: 0339112352  
Web: spitalprivatbraila.blogspot.ro/p/blog-  
page.html

### **Centrul de Asistență paliativă "Sf Maria"**

Județul: Brăila  
Localitatea: Baldovinești  
Adresa: Șoseaua Baldovinești, km. 17  
Telefon/Fax: 0239-650052  
E-mail: santamariabraila@gmail.com

### **Centrul de Îngrijiri Paliative "Sfântul Nectarie"**

Localitatea: București  
Adresa: Str. General Dimitrie Salmen nr. 14  
Sector 2, București  
Telefon/Fax: 021-2500918  
E-mail:  
arhiepiscopie\_ingrijiripaliative@yahoo.com  
Web: www.saintnectariehospice.org.ro

### **HOSPICE Casa Speranței București**

Localitatea: București  
Adresa: Str. Tămăioarei nr.121-123,  
Telefon: 021-3263771, 0372-706208  
Fax: 021-3263771  
E-mail: ciphospice@hospice.ro  
Web: www.hospice.ro

### **Spitalul de Boli Cronice "Sf.Luca"**

Localitatea: București  
Adresa: Șoseaua Berceni nr.12, Sector 4  
Telefon: 021-3343010, Fax: 021-3343014  
E-mail: office@spitalulsluca.ro  
Web: www.spitalulsluca.ro

**Fundația Creștină Diakonia**

Județul: Cluj  
Localitatea: Cluj-Napoca  
Adresa: Str. Zambilei nr.7  
Telefon/Fax: 0268-471977  
E-mail: paliativ@cj.diakonia.ro  
Web: www.diakonia.ro

**Fundția pentru Îngrijirea Vârșnicului**

Județul: Cluj  
Localitatea: Cluj-Napoca  
Adresa: Str. Tazlău nr.11  
Telefon/Fax: 0268-457961  
E-mail: fivclujnapoca@gmail.com  
Web: www.fiv.ro

**Spitalul Municipal „Dr. Cornel Igna”**

Județul: Cluj  
Localitatea: Câmpia Turzii  
Adresa: Str. Avram Iancu nr.33  
Telefon/Fax: 0264 368325, 0264 368677  
E-mail: spitalcampiaturzii@yahoo.com  
Web: www.spitalulcampiaturzii.ro

**Centrul de Îngrijiri Paliative ”Sf.Nectarie”**

Județul: Cluj  
Localitatea: Cluj-Napoca  
Adresa: Str. Fabricii de Zahăr, nr. 51  
Telefon/Fax: 0745- 351784  
Email:  
secretariat@centrulpaliativsfantulnectarie.ro  
Web: www.centrulpaliativsfantulnectarie.ro

**Centrul de Îngrijiri paliative „Casa Soarelui”**

Județul: Constanța  
Localitatea: Constanța  
Adresa: Str. Piatra Craiului nr.4  
Telefon/Fax: 0241-586620  
E-mail: office@hospicecasasoarelui.ro  
Web: www.aidforchildren.info.ro

**Centrul rezidențial pentru persoane vârstnice ”Suflet pentru Oameni”**

Județul: Dîmbovița  
Localitatea: Racovița  
Adresa: Racovița Nr.1  
Telefon: 0371-428808, Fax: 0245-708524  
E-mail contact@aso.org.ro  
Web site http://aso.org.ro

**Centrul Medical de Îngrijiri Paliative ”Sf.Elena”**

Județul: Dolj  
Localitatea: Craiova  
Adresa: Eugeniu Carada Nr.18  
Telefon/ Fax: 035-143634  
Mobil: 0773341560  
E-mail paliatie@yahoo.com  
Web site www.centruldepaliatie.ro

**Spitalul Clinic Județean de Urgență ”Sf. Apostol Andrei”**

Județul: Galați  
Localitatea: Galați  
Adresa: str Brăilei, nr 177  
Telefon: 0236-301 448 / 0236-301293  
Fax: 0236-461000  
E-mail spitalul.urgenta@galati.rdsnet.ro  
Web: www.spitalulurgentagalati.ro

**Spitalul de Ingrijiri Paliative Quality Compas**

Județul: Giurgiu  
Localitatea: Giurgiu  
Adresa: Str. BUCURESTI nr.351  
Telefon: +40371407121, Fax: 021-627.41.56  
E-mail: office@qualitycompas.ro  
Web: www.qualitycompas.ro

**Institutul Regional de Oncologie Iași**

Județul: Iași  
Localitatea: Iași  
Adresa: str. General Henry Mathias Berthlot, nr. 2-4,  
Telefon: 0374 27 88 10; 0374 27 88 11  
Fax: 0374 27 88 02  
E-mail: oncoiasi@iroiasi.ro  
Web: http://iroiasi.ro/

**Spitalul Municipal de Urgență Pașcani**

Județul: Iași  
Localitatea: Pașcani  
Adresa: Str. Grădiniței nr.5  
Telefon: 0232-763600, Fax: 0232-765060  
E-mail: smp@rdslink.ro  
Web: www.spitalulmunicipal.pascani.ro

**Spitalul Clinic de Psihiatrie Socola –  
Secția de Boli Cronice Bârnova**

Județul: Iași  
Localitatea: Socola  
Adresa: Șoseaua Bucium, nr 36,  
Telefon: 0232 430 920  
E-mail: spital@socolaiasi.ro  
Web: <http://www.socolaiasi.ro>

**Fundației Izvor - Centrul de Îngrijire  
“Alinare Mică”**

Județul: Iași  
Localitatea: Iași  
Adresa: Strada Eternitatea nr. 109,  
Telefon: 0232-222434/ 0766-300434  
E-mail: [fundatia.izvor@yahoo.com](mailto:fundatia.izvor@yahoo.com)  
Web <http://hospicealinaremica.ro/>

**Siringa SRL**

Județul: Iași  
Localitatea: Iași  
Adresa: Ciurchi, nr 81-83,  
Telefon: 0745 116640  
E-mail: [office@siringa.ro](mailto:office@siringa.ro)  
Web: [www.siringa.ro](http://www.siringa.ro)

**Spitalul de Îngrijiri Paliative Ilișești**

Județul: Iași  
Localitatea: Ilișești  
Adresa: Ilișești, nr. 307C  
Telefon: 0230 245.157, 0751.103.696  
E-mail: [office@spitalulilisesti.ro](mailto:office@spitalulilisesti.ro);  
[spitalulilisesti@gmail.com](mailto:spitalulilisesti@gmail.com)  
Web: [www.spitalulilisesti.ro](http://www.spitalulilisesti.ro)

**Spitalul Elytis**

Județul: Iași  
Localitatea: Iași  
Adresa: Str. Săulescu, nr 43A  
Telefon: 0332.803.783; 0332.803.793  
E-mail [info@elytis-hospital.ro](mailto:info@elytis-hospital.ro)  
Web site [www.elytis-hospital.ro](http://www.elytis-hospital.ro)

**Centrul de Îngrijiri Paliative ”Sf. Irina” –**

Județul: Ilfov  
Localitatea: Comuna Voluntari  
Adresa: Str.Erou Mircea Marinescu nr.3  
Telefon/Fax: 021-3520042  
E-mail: [sf.irina@paliativecare.ro](mailto:sf.irina@paliativecare.ro)  
Web: [www.sfantairina.ro](http://www.sfantairina.ro)

**Centrul de Îngrijiri Paliative Fortis  
Diagnosis**

Județul: Maramureș  
Localitatea: Baia Mare  
Adresa: 0362-805506  
E-mail: [fortisdiagnosiscenter@yahoo.ro](mailto:fortisdiagnosiscenter@yahoo.ro)  
Web: [www.fortisdiagnosiscenter.ro](http://www.fortisdiagnosiscenter.ro)

**Spitalul de Psihiatrie Cavnic**

Județul: Maramureș  
Localitatea: Cavnic  
Adresa: Str.Unirii  
Tel: 0262-295785

**Spitalul de Pneumoftiziologie Baia Mare**

Județul: Maramureș  
Localitatea: Baia Mare  
Adresa: Str.Victor Babeș nr.34, Baia Mare  
430092  
Tel: 0262-276897,  
Fax: 0262-276730

**SC Nova Vita San SRL**

Județul: Mureș  
Localitatea: Tîrgu Mureș  
Adresa: Str. Liviu Rebreanu nr.29A  
Telefon/Fax: 0265 266 112, 0365 430 330  
E-mail: [office@nova-vita.ro](mailto:office@nova-vita.ro)  
Web: [www.novavitas.an.ro](http://www.novavitas.an.ro)

**Spitalul Județean de Urgență**

Județul: Neamț  
Localitatea: Piatra Neamț  
Adresa: Bd. Traian, nr. 1 – 3  
Telefon/Fax: 0233-219440 int. 244 sau 200  
E-mail: [sjuneamt@sjuneamt.ro](mailto:sjuneamt@sjuneamt.ro)  
Web: [www.sjuneamt.ro](http://www.sjuneamt.ro)

**SC Bestmed Serv SRL**

Județul: Prahova  
Localitatea: Boldești Scăieni  
Adresa: Calea Unirii, Nr 56,  
Telefon/fax 0344-142435  
E-mail: [office@bestmed.ro](mailto:office@bestmed.ro)  
Web: [www.bestmed.ro](http://www.bestmed.ro)

**Centrul medical de recuperare și îngrijiri Paliative - Spital Lukas**

Județul: Sibiu  
Localitatea: Comuna Laslea  
Adresa: Str. Principală nr.11  
Telefon/Fax: 0269- 516 259  
E-mail: lukasspital@yahoo.com

**Centrul de îngrijire Paliativă Hospice**

Județul: Sibiu  
Localitatea: Sibiu  
Adresa: Str. Pedagogilor nr.3-5  
Telefon: 0269-221131, Fax: 0269-223680  
E-mail: carlwolff@carlwolff.ro  
Web: www.carlwolff.ro/hospice

**Spitalul Municipal Medias**

Județul: Sibiu  
Localitatea: Medias  
Adresa: Str. I.G.Duca, nr.33  
Telefon: 0269-842550, Fax: 0269-845564  
E-mail: info@spitalulmedias.ro  
Web: www.spitalulmedias.ro

**Spitalul de Boli Cronice Siret**

Județul: Suceava  
Localitatea: Siret  
Adresa: Siret, str.9 Mai, Nr.6  
Telefon/ fax: 0230/280.201  
E-mail: orasenescsiret@yahoo.com  
Web: www.spital-siret.ro

**Federația Caritas – Centrul de îngrijiri Paliative**

Județul: Timiș  
Localitatea: Timișoara  
Adresa: str. Matei Corvin nr. 2  
Telefon/Fax: 0256-492059  
E-mail: hospice.timisoara@gmail.com  
Web: www.hospice-timisoara.org

**Spitalul Municipal "Dr.Teodor Andrei"**

Județul: Timiș  
Localitatea: Lugoj  
Adresa: Str. Gh. Doja nr.36  
Telefon: 0256-355340, Fax: 0256-353639  
E-mail: municipal.lugoj@smlugoj.ro  
Web: www.smlugoj.ro

**Spitalul Clinic de Urgență pentru Copii "Louis Țurcanu"**

Județul: Timiș  
Localitatea: Timișoara  
Adresa: Str. Ion Nemoianu nr.2  
Telefon: 0256-295977, Fax: 0256-295078  
Web: www.spital-copii-timisoara.info

**Asociația și Centrul de Oncologie OncoHelp**

Județul: Timiș  
Localitatea: Timișoara  
Adresa: Str. Ciprian Porumbescu, Nr. 59,  
Telefon: 0356-460995, Fax: 0356-460996  
E-mail office@oncohelp.ro;  
Web: www.oncohelp.ro

## NOTE



## NOTE

## NOTE



**ERSTE Stiftung**



**ASOCIAȚIA NAȚIONALĂ DE ÎNGRIJIRI PALIATIVE**



