

Ölüme Karşı Hemşirelik Tutumu

Nursing Attitude to Death

Fatma AY

Yoğun Bakım Hemşireleri Dergisi 2001;5(1):44-47

Ölüm yaşamın son aşamasıdır. Yaşam döllenme ile başlar, ölümlle son bulur. Ölüm yalnızca doğal nedenlerden değil kaza ya da hastalıklar nedeniyle de oluşur. Ölen bir birey ve ailesi pek çok sorunla karşılaşır. Hemşireler ölmekte olan bireye fiziksel rahatlığı için yardım etmelidir.

Anahtar Sözcükler: Ölüme karşı tutum/hemşirelik; empati; hemşirelik bakımı; felsefe, tıbbi.

Dying is the final act of living. Life begins with conception only to reach an end. Dying occurs not only from natural causes but also from major accidents or diseases. The dying person and the family are faced with many problems. Nurses should help the dying person to increase his/her physical comfort.

Key Words: Attitude to death/nursing; empathy; nursing care; philosophy, medical.

Thanatas Yunan mitolojisinde ölüm tanrısıdır. Gece'nin oğlu ve uyku tanrısı Hypnos'un kardeşidir. Kardeşi ile birlikte Hades'in Ölüler Diyarı'nda yaşar.

Ölmek, yaşamın son aşamasıdır; bir çeşit uyku halidir. Bir doğum olayı, nasıl ki yaşamın başladığını gösteriyorsa, ölüm de yaşamın sona erdiğini gösterir. Ancak günlük yaşamın hareketi içinde ölüm unutulur. Yaşamımızda kesin olan tek şey, bir gün öleceğimize. Fakat nasıl, nerede, ne zaman ve niçin öleceğimiz konusunda hiçbir kesinlik yoktur.^[1-4]

"Her yerde ölüm var; tanrı bol bol veriyor onu; Herkes herkesin hayatını alabilir, ama ölümü Alnamaz kimseden: Binlerce kapısı var ölümün." (Seneca)^[5]

"Boşuna bilmek istiyorsunuz, ölümlüler, Ölüm saatinizin ne zaman, ne yoldan geleceğini." (Propertius)^[5]

Bir zamanlar, üstat Dzi-lu, Konfüçyus'a ölümlü sormuş. *"Hayat hakkında henüz hiçbir şey bilmiyoruz; ölüm hakkında nasıl birşey bilebiliriz...."* diye cevaplamış Konfüçyus. Yaşam varsa ölüm de vardır. Yaşam ise ölüme doğru bir gidiştir.^[6]

Ölüm, tüm canlıların paylaştığı evrensel bir olaydır. Tarihsel gelişim içinde ölümlle ilgili farklı düşünceler geliştirilmiştir. Eski Mısır düşüncesinde ölümden sonraki yaşama inanılmış, bu nedenle ölümler en kıymetli, en sevdiği eşyaları ile gömülmüştür. Epikurus ise, *"... yaşadığımız sürece ölüm yoktur; ölüm geldiğinde de artık biz yokuz."* diyerek düşüncesini belirtmiştir. Hinduizm için ölüm, ruhun bir varlıktan diğerine geçtiğini gösteren bir aşamadan ibarettir.^[4,7]

McCarthy, 1980 yılında ölümlü, şu şekilde tanımlamıştır: *"Sadece büyüme sürecinin sonu değil, eğlence, düşünce, kendinden geçme, başarı ve çalışmanın da sonudur."* Ölümün tüm tanımları aslin-

da yaşamı anlatır; geçmiş ve bilinen bir duruma dayanır. Tıbbi açıdan ise ölüm tanımları sürekli değişmiştir. Amerikan Tıp Derneği'nin kabul ettiği tanım ise, "Ölüm, dolaşım ve solunum işlevlerinin veya beynin tüm işlevlerinin geriye dönüşü olmaksızın kaybolmasıdır".^[1,3,4,7]

Hekimlerin kesin ölüm tanısını koymasını sağlayan kriterler şunlardır:^[1-3]

- Pupilla dilatasyonu,
- Kalp atışlarının durması,
- Korneal ve vestibülo-oküler reflekslerin kaybolması,
- Beyin sinirlerinin harabiyeti sonucu uyarılara cevabın kaybolması,
- Trakeaya katater takılacağı zaman bronşial uyarılara cevap alınmaması,
- Ventilatör cihazıyla hastanın bağlantısı kesildiğinde spontan solunumun durması.

Ölüm ve Ölmek

Ölümlerle ne zaman karşılaşılacağına bilinmemesi, bireylerde ifade edilmesi zor duygulara neden olur. Çoğu zaman ölüme hazırlanma daha fazla acı vermektedir. Ölüme karşı bireyin tepkileri, Kübler-Ross tarafından tanımlanmıştır (Tablo I).^[3,8]

İyi Ölüm Beklentisi

Doğal nedenlerden dolayı ani olarak ölmek, yaşlılıktan dolayı ölmek ve saygınlığını kaybetmeden ölmek, birçok insan tarafından "iyi ölüm" olarak adlandırılır. Bu ölümler, ani bir koroner rahatsızlıktan, büyük kazalardan dolayı meydana gelebilir. Fakat kronik hastalıklarda eğer prognoz kötüyse ölüm sürecine ulaşmak aylar alır.^[1,2]

Ölümün doğasını tartışmak, üzüntü ve yoksunluk duygusunu kontrol etmek oldukça güçtür. Üzüntü ve yoksunluk duygusu yaşamla olduğu kadar ölümlerle de yakından ilişkilidir. Ölümü bekleyen, üzüntü ve yoksunluk yaşayan bireyle yaşamın kısa bir anını birlikte geçiren hemşire acaba ne hisseder? Ölümle birçok kez karşılaşmak, bu duygulara alışmak anlamına gelmez. Hem hastanın hem de ailenin üzüntü ve yoksunluk duygularını anlayarak, empati kurarak yardım etmek hemşirenin sorumluluğudur. En zor olan ise bunu başarabilmektir.

Her birey, yaşam ve ölüm konularında kişisel inançlara sahiptir. Ölüm kavramını birey, ai-

le ve sağlık personelinin sosyokültürel, psikolojik durumu etkiler. Hastanın kültürel yapısını bilecek verilen hemşirelik bakımının daha etkili ve doyum verici olduğu belirtilmiştir.^[9]

Ölüme karşı tepkileri etkileyen faktörler aşağıda özetlenmiştir:^[1]

Fiziksel faktörler

- 1- Ölüme yol açan terminal hastalıklar
- 2- Ölüm tanısı
- 3- Yaşamsal aktivitelere fiziksel etkisi
- 4- Aile ve arkadaşlarına ölümün yaptığı fiziksel etki

Psikolojik faktörler

- 1- Kişilik ve huy
- 2- Ölümle ilgili korku ve endişeler
- 3- Yaklaşan ölümün farkında olmak
- 4- Yakınların prognozu bilip bilmemesinin önemi
- 5- Yakınların ölen bireye davranışları
- 6- Yoksunluk duygusunun aile ve arkadaşlara etkileri

Sosyo-kültürel faktörler

- 1- Geçmişteki hayat tecrübesi
- 2- Ölümle ilgili kişisel inançlar
- 3- Din, kültürel dini törenler,

Çevresel faktörler

- 1- Ev, hastane veya hospice seçimi
- 2- Ailenin yeniden alışmak zorunda olduğu yeni çevresi

Politik-ekonomik faktörler

- 1- Ev, aile, finans durumu
- 2- Ekonominin ölüm sebeplerine ve hayattaki beklentilere etkisi
- 3- Sağlığın elde edilmesi, ölüm ve yakını ölenler için kurulan kurumların desteklenmesi.

Üzüntü ve yoksunluk duygusu, yas tutmanın evrensel reaksiyonu olmasına rağmen, başka reaksiyonlar da doğurur. Şok, inanamama, kızgınlık, reddetme, utanma, suçluluk, küsme, anksiyete, korku, depresyon, mutsuzluk gibi duygular, üzüntü süreci boyunca değişen düşüncelerde ve değişik zamanlarda ortaya çıkan diğer duygusal reaksiyonlardır. Hastanede, yakınlarını yalnızca belirli gün ve saatlerde gören hasta, yanında hiç kimse olmadan öleceğini düşünerek daha çok acı çeker. Bu dönemde

TABLO I
Ölümü yaklaşan bireyin tepkileri

Tepkiler	Birey/ailenin tepkileri	Hemşirenin tepkileri
<ul style="list-style-type: none"> • İnkâr (Yadsıma) (Reddetme) 	<ul style="list-style-type: none"> • Gerçeği kabul etmek istemez. • İlk tepki "bir yanlışlık olmalı, bu doğru değil" şeklindedir. • Tanının hatalı olduğunu ya da tahlil sonuçlarının karıştığını düşünür. • Tanının yanlış olabileceği ümidi ile doktor doktor dolaşır, tetkikleri yeniden yaptırır. 	<ul style="list-style-type: none"> • İnkâr, beklenmedik bir haberden sonra hastanın diğer savunma mekanizmalarını harekete geçirmek için tampon görevi görür. • Hasta ile ölüm üzerine konuşmak ancak bu durumla yüzleşmeye hazır olduğunda mümkündür. • Hasta ölüm ya da ölüm sonrası hakkında konuşmaya başladığı zaman artık yadsımayı kullanmıyor ve ya geçici olarak durumu kabul etmiştir. Bu duygularını paylaşırken söyledikleriyle çelişecek şekilde konuyu değiştirebilir. Hemşire bu ipucunu yakalayıp, daha mutlu konulardan bahsetmelidir.
<ul style="list-style-type: none"> • Öfke (Kızgınlık) 	<ul style="list-style-type: none"> • Neden ben? sorusunu sorar. • Daha yapması gereken çok şey varken, ölmeyi haksızlık olarak görür. • Yakın çevredeki herkes öfkeden payını alır. • Sağlıklı insanlara öfke duyar. • Öfke patlamaları sonrası, suçluluk, utanç ve gözyaşı da görülebilir. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sağlık personeli açısından başatması güç bir aşamadır. • Hasta ve ailesi öfkeyi, herkese ve her alana yöneltebilir. • Bu aşamada hemşire empati kurarak, umulmadık bir anda yaşama veda etmek zorunda kalan bireyi ve ailesini anlamalıdır. • Hastanın/ailenin sürekli şikayetçi olması, isteklerde bulunması aslında bir yardım çağrısıdır. • Önemsendiğini ve anlaşıldığını hissetmek öfke duygusunu azaltabilir.
<ul style="list-style-type: none"> • Pazarlık 	<ul style="list-style-type: none"> • Ölümü erteleme çabaları içindedirler. • Geçmiş yaşantılarındaki iyi davranışlarından dolayı ödüllendirilme • Tanıyla aralarında gizli bir anlaşma yaparlar. Sevdikleri kişileri son bir kez görüp ölmek ya da kendilerine bahşedilecek fazladan bir günü tanrıya adayacaklarına söz verirler. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hasta tanrıyla gizli bir pazarlığa girer ve günahkarlık duygusu hissedebilir. Hemşire bu suçluluk duygusunu arttıracak tavırlarda bulunmamalı, eleştirmemelidir.
<ul style="list-style-type: none"> • Depresyon 	<ul style="list-style-type: none"> • Semptomlar artıp, kendilerini güçsüz hissettiklerinde durumun gerçekliğini anlamaya başlarlar. • Kaçırılan fırsatlar, başarısızlıklar üzüntüyü artırır. • Birey artık "evet ben" demektedir. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hasta ve ailesi sevdiklerini kaybetmek, onlardan ayrılmak üzeredir. Bu sıkıntılarını ve üzüntülerini ifade etmeleri sağlanırsa durumu daha rahat kabuledebilirler.
<ul style="list-style-type: none"> • Kabul etme 	<ul style="list-style-type: none"> • Birey durumunu kabullenmiş, sakinleşmiştir. • Kaderi konusunda üzgün ya da kızgın olmadığı bir döneme girmiştir. • Kendisini yorgun ve zayıf düşmüş hissederek. • Çevreye olan ilgisi azalmıştır. • Yalnız kalmayı tercih eder. • Sözel olmayan iletişim tercih edilir. Sessizce geçirilen anlar oldukça anlamlıdır. • Dine eğilim artmıştır. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sağlık personeli hasta ve ailesinin düşünce ve tutumlarını sonuna kadar desteklemelidir. • Hasta ve ailenin daha çok yardım ve desteğe ihtiyacı vardır.

hemşirenin ilgi ve bakımına daha çok ihtiyaç duyar.^[1,8,10]

Yoğun bakım ünitelerinde gelişmiş teknolojinin olumlu etkileri yanında olumsuz etkileri de ortaya çıkmaktadır. Zamanla yapılan her işlem mekanik bir hal almakta, hasta-hemşire etkileşiminde arada hep bir alet yer almaktadır.

Ölmekte olan bir insan aynı zamanda yaşayan bir insandır ve kalan her gün için yaşamı önemlidir.^[1] Ancak yaklaşan ölümle birlikte bireyde güçsüzlük ve isteksizlik gözlenebilir. Güçsüzlük, fiziksel ihtiyaçlarını karşılayamama, özgüvende ve özsaygıda azalmaya neden olabilir. Hemşire, saptadığı ihtiyaçlar doğrultusunda bakım verirken, hasta ile işbirliği yapmasa da yaptığı işlemi anlatarak ona duyduğu saygıyı göstermelidir.

Ölüme gösterilen kişisel reaksiyon, o kişinin inançlarına, yaşam şekline ve kişiliğine göre değişir. Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan çalışmalarda ne eğitim, ne zeka düzeyi, ne de ölüyle yakınlık derecesi, anksiyete ve yaşın, ölüm korkusunu direkt olarak etkilemediği belirlenmiştir.^[1]

Ölmekte Olan Hastanın Hemşire ile İlişkisi

Hastayı ve ailesini gözlerken, konuşup sohbet ederken, hemşire aşağıdaki soruların cevaplarını bulmaya çalışmalıdır.^[1,11]

- Kişi ne zaman kendini ölmeye tam olarak hazır hisseder?
- Bireyin ölümüne hangi faktörler etki eder?
- Prognozunu bilen birey ne yapar?
- Bireylerin ölüm ve ölmek kavramıyla ilgili inanışları nelerdir?
- Ölümün birey üzerinde yarattığı üzüntüler ve problemler nelerdir?
- Ailede ölümü etkileyen faktörler nelerdir ve bunlar kişiyi nasıl etkiler?
- Ölüm meydana geldiğinde ölenin ailesi ve akrabaları hemşireden ne bekler?
- Eğer hasta, bir organ donör kartına sahipse, aile bundan haberdar mı ve bu konudaki düşünceleri nedir?
- Ailedeki yoksunluk duygusunu hangi faktörler etkiler?

Gerçeği Kabul Etmede Zorluk

Hemşirenin en stresli işlerinden biri, ölen kişinin yakınlarına durumu bildirmek ve bunu

yaparken mümkün olduğunca duyarlı olmasıdır. Her gün ölümle karşılaşan hemşire, bütün tedavi olanakları tükendiğinde, enerjisini hastayı ve ailesini teselli etmek, sakinleştirmek için kullanır. Hemşire, ailenin acısını azaltacak birşeyler yapmalıdır. Burada önemli olan, önceden bilinmeyen reaksiyonlara karşı hazırlıklı olmasıdır. Ailenin tepkisine karşı hemşire emosyonel olarak ölümden etkilenir; bununla birlikte, hemşire nazik ve sakin olmalıdır. Pek çok örnekte, ailenin ölüyü görmek istemesine izin verilebilir.^[1,4]

Hemşire, genellikle ölen insan üzerine çevrilmiş olan dikkatin, geride kalanlara, yakınlarına çevrilmesini sağlar.

Bir insanı kaybettiğimiz ilk dönemler, çok acı vericidir ve bazen suçluluk duygusu hissedilir. Kişi, "ölümü acaba engelleyebilir miydim?" diye düşünür. Mahrum kalmak, hayatta en acı veren duygulardandır ve yaşamı büyük ölçüde etkiler.^[1,3]

Hemşirenin yapabileceği en önemli yardım, mahrum kalan kişinin gerçekle yüzleşmesi ve emosyonel zorluklar karşısında işine devam etmesini sağlamasıdır.

Hemşirelik aktivitelerinin sağlığa yardımcı olacak şekilde düzenlenmesi ve her bireyin ayrı değerlendirilmesi gerekir. Bunun için de hemşirelerin bilgili, güçlü ve iradeli olması gerekir.^[1]

KAYNAKLAR

1. Roper N, Logan WW, Tierney AJ (editors). Element of nursing. 3th ed. New York: Churchill Livingstone; 1990.
2. Yurt V. Ölüm ve ölümcül hastanın bakımı. Ankara: GATA Basımevi; 1990.
3. Kübler-Ross E. Yaşamın son günleri. Çev: Terakye G. Ankara: Hürbilek Matbaacılık; 1992.
4. Thema Larousse. İstanbul: Milliyet Gazetecilik A.Ş.; 1994.
5. Eyuboğlu S. Montaigne Denemeler. İstanbul: Cem Yayınevi; 1989.
6. Eberhard W, Hızır N. Dünya edebiyatından seçmeler-Çin denemeleri. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları; 1992.
7. Erdal E. Hemşirelikte temel ilke ve uygulamalar. İzmir: Dağışan Matbaacılık; 1995.
8. Cüceloğlu D. İnsan ve davranışı. 6. basım. İstanbul: Remzi Kitabevi; 1996.
9. Marriner A. Nursing theorists and their work. St. Louis: Mosby; 1986.
10. Taylor C, Lillis C, LeMone P (editors). Fundamentals of nursing. 2nd ed. Philadelphia: J.B. Lippincott; 1993.
11. Terakye G. Hasta hemşire ilişkileri. 4. basım. Ankara: Aydoğdu Ofset; 1995.