



**Når din nærmeste bliver syg
– gode råd til dig, som er pårørende**



Hej Sundhedsvæsen er et samarbejde mellem TrygFonden og Dansk Selskab for Patientsikkerhed

TrygFonden



TrygFonden



Hej pårørende!

Når man bliver syg, er omsorg og besøg fra familie og nære venner vigtigt. Jo dårligere man har det, jo mere har man brug for støtte, og jo større bør opbakningen være. Og hvis den syge ønsker det, kan du som pårørende spille en aktiv rolle under indlæggelsen.

Du kan hjælpe med at huske, hvad der skal fortælles til lægerne og sygeplejerskerne og med at huske, hvad der er blevet sagt. Du kan støtte, når der skal tages svære beslutninger, og du kan hjælpe med at forstå svære budskaber.

Her er nogle gode råd til dig om, hvordan du sammen med din syge pårørende og personalet kan være med til at sikre det bedst mulige forløb. Men husk først og fremmest at tale med den syge om, hvordan du bedst hjælper og støtter.

Fortæl

Som pårørende kender du den syge bedre end personalet. Du kender den syges historie, behov og ønsker. Du ser den syge i hans eller hendes helhed. Så hjælp til med at få fortalt hele sygehistorien, og hjælp med at sikre, at personalet i det hele taget får et godt kendskab til den syge.

Hold øje

Vær opmærksom på, hvad der sker med den syge, og fortæl om forandringerne til læge eller sygeplejerske. Du kender den syge bedst, så stol på din fornemmelse og fortæl personalet, hvis du er bekymret for tilstanden, eller hvis ”der er noget, der bare ikke virker rigtigt”.

Vær talsmand

Som pårørende kan du opfatte dig selv som et ekstra sæt øjne, ører og mund for patienten. Du kan hjælpe med at sikre, at beslutninger om behandling og pleje passer så godt som muligt sammen med den syges livssyn og livsbetingelser. Deltag derfor, når der skal tages vigtige beslutninger, og når der skal gives og modtages vigtig information. Husk at det er godt, at I sammen forbereder jer på samtalerne og taler om, hvilke spørgsmål det er vigtigt at få stillet. Og stil gerne undrende spørgsmål undervejs i samtalen.

Giv støtte

Nogle gange trænger den syge blot til at blive holdt i hånden. Andre gange må man trøste og hjælpe med svære beslutninger. Og andre gange er der behov for, at der bliver talt om alt muligt andet end sygdom.

Hjælp, hvor du kan

Langt de fleste, der er på sygebesøg, vil gerne være aktive og yde praktisk hjælp. Og det skal man ikke være bange for at gøre. Det er yderst sjældent, at der er noget, man helst skal lade være med, men er du i tvivl, så spørg personalet.

Hold styr på det praktiske

Når man er syg, er det svært at håndtere både sygdom og alt muligt andet. Du kan hjælpe meget ved at tage dig af praktiske ting for den syge – fx ved at hjælpe med at holde styr på aftaler om undersøgelser og om, hvilken medicin der skal tages hvornår. Hvad skal den syge huske at sige til de forskellige, der deltager i undersøgelse og behandling? Og hvad skal den syge huske under orlov eller efter udskrivelsen?

Husk at give dig til kende

Fortæl personalet, hvem du er, og hvilken rolle du og den syge har aftalt, du skal spille. Personalet vil også gerne vide, hvordan de kommer i kontakt med dig. Og husk endelig at aftale med den syge, om der er nogen, der skal afløse dig som pårørende, hvis du ikke kan være med hele tiden.