

СМЕРТЬ, УМИРАНИЕ, ДОСТОИНСТВО

Профессор Тамара Кликовац

*Сербский национальный институт онкологии и радиологии
Факультет философии, отделение психологии*

МОСКВА 2014

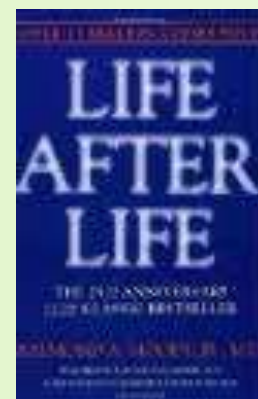
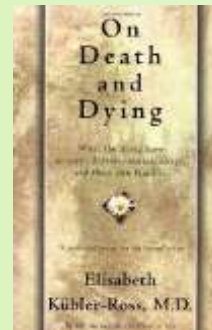
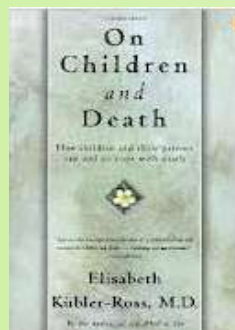
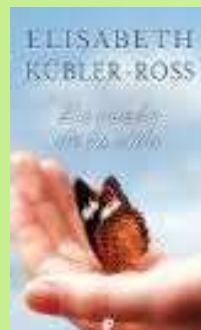
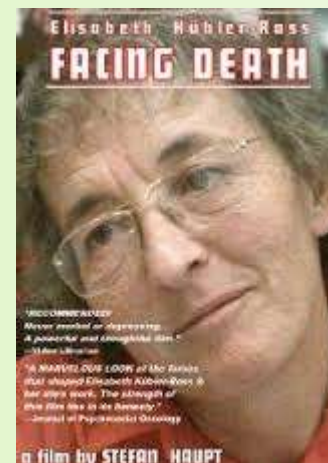
**Сегодня передо мной стоит нелегкая
задача говорить о смерти, умирании и
о понимании феномена смерти в
паллиативной медицине**

ФЕНОМЕН СМЕРТИ И УГАСАНИЯ

- Танатологи изучают феномен смерти и умирания
- Я работаю психологом, и сегодня буду говорить о смерти и умирании в паллиативной помощи

ЭЛИЗАБЕТ КЮБЛЕР-РОСС

Величайшая Элизабет Кюблер-Росс, швейцарский психиатр, занималась изучением смерти в паллиативной помощи. Я не знаю, переведены ли ее книги на русский язык, но я рекомендую Вам прочитать их («О смерти и умирании», «О детях и смерти», «Беседы с умирающими»).



СМЕРТЬ ТАКЖЕ ЯВЛЯЕТСЯ ВАЖНЫМ ПРЕДМЕТОМ ФИЛОСОФИИ, НАУКИ И ИСКУССТВА

- Представители разных религий (иудаизм, христианство, ислам и др.) верят, что смерть это не конец пути, и что после смерти тела душа попадает в рай или ад.
- Например, христианская Церковь уже тысячу лет в своем учении в каком-то смысле обещает верным благоденствие в так называемой вечной жизни.
- Другие религии, такие как буддизм, учат не о вечной жизни, а о реинкарнации.

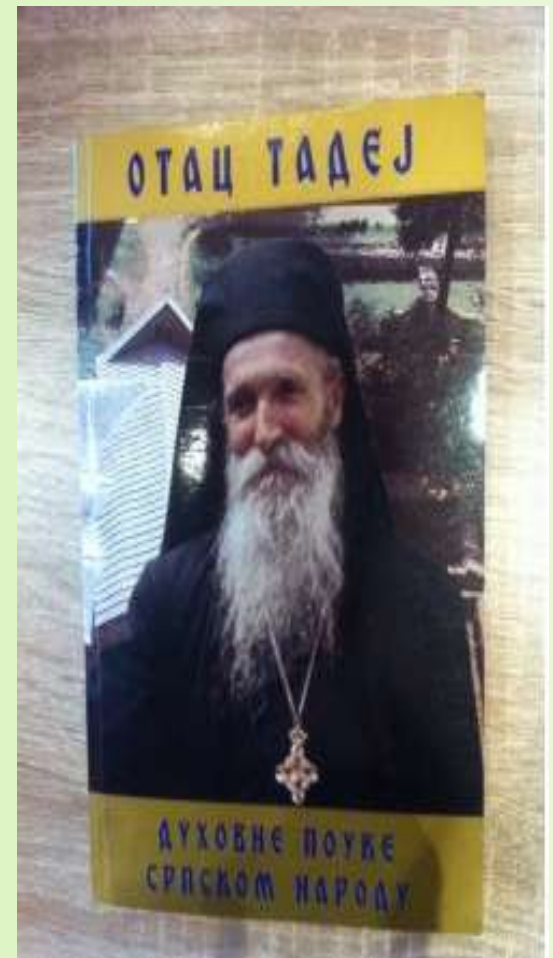
Древние люди верили, что смерть откроет им путь в загробную жизнь (например, вечный рай для охотников, Елисейские поля, обитель падших воинов Валгалла), поэтому они хоронили тела вместе с драгоценностями, инструментами, оружием, необходимыми для новой жизни.

ЧТО ВЕЛИКИЕ ФИЛОСОФЫ ГОВОРЯТ О СМЕРТИ

- «В жизни нет ничего неизбежного, кроме смерти». Бенджамин Франклин
- «Смерти меньше всего боятся те люди, чья жизнь имеет наибольшую ценность». Иммануил Кант
- «Кончина наступает однажды, а ждем мы ее всю жизнь: боязнь смерти мучительней, чем сама смерть». Жан де Лабрюйер
- «Ни на солнце, ни на смерть нельзя смотреть в упор». Франсуа де Ларошфуко

**«Есть люди, чья жизнь настолько целостна,
что даже их смерть не может привести нас в
уныние» Иво Андрич**

**Великий сербский старец Фаддей
Витовницкий сказал: «Вы не должны
бояться смерти, если вы живете
праведной жизнью. Вы не должны
скорбеть об ушедших любимых
людях, им это не принесет пользы.
Вместо этого помолитесь за них.**



Катарина Иванович (1811-1882), первая сербская художница
«Смерть бедной женщины»



Катарина Иванович (1811-1882), первая сербская художница
«Смерть богатой женщины»



Оказание комплексной, разносторонней помощи умирающим людям, в частности детям, также предполагает определенное отношение к смерти (нашей собственной и смерти дорогих нам людей).

СТРАХ СМЕРТИ

Психологи сходятся во мнении, что



базовый, экзистенциальный страх смерти является причиной большинства нервных расстройств.

ВАЖНЫЕ ВОПРОСЫ

- Как можем мы принять смерть детей и молодых людей, ведь это противоестественно, несправедливо и невозможно объяснить, почему...
- Как должны мы, команда специалистов по паллиативной помощи, помочь как умирающему человеку, так и его родственникам принять его смерть со спокойствием и достоинством?

КОМПЛЕКСНАЯ ЗАДАЧА

Я хотела бы подчеркнуть тот факт, что размышления, разговоры о конце жизни, смерти, потере и особенно о духовных аспектах невозполнимой утраты – это комплексная задача.

- **Для начала, как мы узнаем что смертны?**
- **Как часто мы думаем об умирании и смерти?**
- **Какие эмоции мы переживаем, когда думаем о смерти (нашей собственной или наших ближних)?**

Небольшое упражнение для начала: попробуйте зафиксировать образы и страхи, которые возникают у вас, когда вы думаете о смерти

Пожалуйста, задайте себе сейчас несколько вопросов:

- Как вы думаете, сколько вы проживете?
- Как вы представляете себе свою смерть?
- Как бы проходили ваши похороны?
- Какое завещание вы бы оставили?
- Подумайте о смерти близких или знакомых вам детей.

ПРИСЛУШАЙТЕСЬ К СЕБЕ

- Обратите внимание на реакцию вашего тела, в момент, когда вы думали о смерти.
- Вам было некомфортно?
- У вас пробежали мурашки по телу или вы почувствовали озноб?
- Вы уловили дрожь, может быть, вспотели?
- Вам было тяжело глотать, ваше сердце стало биться чаще?

ПАЛЛИАТИВНАЯ ПОМОЩЬ (ОПРЕДЕЛЕНИЕ)

Паллиативная помощь – это направление медицинской и социальной деятельности, целью которого является повышение качества жизни пациентов, которые сталкиваются с угрожающей жизни болезнью, и их семей путем облегчения боли и симптомов, оказания духовной и психосоциальной поддержки.

Декларация о политике в области обеспечения прав пациента в Европе

- Пациенты имеют право на облегчение страданий в той мере, в какой это позволяет существующий уровень медицинских знаний.
- Умиравший имеет право на гуманное обращение и на достойную смерть.
- В процессе лечения и ухода пациент имеет право на поддержку семьи, родственников и друзей, а также на духовную и пастырскую помощь.

НЕКОТОРЫЕ КРИТЕРИИ КАЧЕСТВЕННОГО ТЕРМИНАЛЬНОГО УХОДА

- Обеспечение высокого качества жизни
- Хорошее самочувствие и возможность двигаться
- Обретение внутреннего покоя
- Соответствие ожиданиям пациента об уходе
- Хорошее состояние и дееспособность родственников

Не все могут умереть спокойно....

Умирание может также сопровождаться физическим дискомфортом, болью, чувством разочарования, одиночества, неспособностью общаться.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПАЛЛИАТИВНОЙ ПОМОЩИ

- **Обеспечить хорошие условия и уход пациентам, страдающим угрожающими жизни болезнями, и их семьям.**
- **Обеспечить спокойную смерть без боли (физической, душевной и духовной).**

BEHospice – короткий фильм о работе с умирающими пациентами в Белграде

ПАЛЛИАТИВНАЯ ПОМОЩЬ (ВОЗ)

Пациенты имеют право умирать:

- в мирной обстановке,
- спокойно,
- в хороших условиях,

**там, где они выберут – часто в собственном доме, –
получая всю необходимую медицинскую помощь,
духовную и психологическую поддержку.**

МНОГО ВОПРОСОВ

Обдумывая тему этой лекции, я задавала себе различные вопросы:

- 1. Что есть «хорошая или достойная смерть» или «осмысленный процесс умирания»?**
- 2. Возможна ли достойная смерть в обществе, где нарушаются права умирающих пациентов?**
- 3. Как изменить процесс умирания в обществе, где не принято говорить о смерти открыто и без страха?**

СМЕРТЬ - ЭТО ЧАСТЬ ЖИЗНИ

- **Смерть – это естественное завершение земного пути.**
- **Правда в том, что смерть неизбежна.**
- **Умирание – это последний опыт, а переход в иное состояние – это самый значимый опыт**

“Всему свое время, и время всякой вещи под небом. Время рождаться, и ВРЕМЯ УМИРАТЬ”! (Екк. 3:1,2)

- 1. Мы все должны прожить свою жизнь.**
- 2. Мы все когда-то умрем.**
- 3. Мы можем принять смерть, будучи готовыми к ней и воспринимая ее как естественное завершение нашей жизни.**

Понятие «хорошая смерть»

В процессе умирания есть смысл, если умирающему пациенту оказывают физическую, психологическую и духовную поддержку его/ее родные, друзья и специалисты по уходу.

Четыре критерия достойной смерти

1. Пациент преодолел внутренние конфликты, например, страх потерять контроль.
2. Пациент находит поддержку своих личностных особенностей.
3. Отношения с важными для пациента людьми стали крепче или, по крайней мере, сохранились.
4. Пациент разрешил существовавшие конфликты.

(Field., M.Cassel, 1997, Weisman)

Пример достойной смерти в Сербии

- Сейчас мы посмотрим отрывок из популярной сербской телепередачи, в которой умирающая старая женщина после причастия просит священника спеть песню из ее молодости: «Почему, дорогая дочь, твоя кофточка расстегнута? О Боже! С кем же ты провела этот день?».
- Эрос и Танатос в этой традиционной сербской песне.



ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА У УМИРАЮЩИХ ПАЦИЕНТОВ

- За последние 10 лет была проделана огромная работа по определению степени распространенности следующих психологических особенностей у умирающих пациентов:
 - *Уровень тревожного невроза у пациентов на терминальной стадии рака и СПИДа варьируется от 15% до 28% (Breitbart W., 1999)*
 - *Некоторые исследования выявили, что у пациентов, больных раком, преобладает чувство тревожности и депрессии (Payne DK., 2000)*
 - *Источники стресса (чувство беспомощности (39%), чувство собственной ненужности (37%), ощущение себя обузой для других (34%), потеря социальной значимости (28%) (Morita T., 2000)*

Общая психологическая реакция умирающих пациентов:

- Депрессия
- Обостренное чувство тревожности
- Потеря интереса
- Утрата смысла жизни
- Беспомощность
- Отсутствие надежды
- Вина
- Чувство собственной ненужности
- Желание умереть
- Суицидальные мысли
- Утрата чувства собственного достоинства
- Страхи
- Отстраненность
- Упадок духа



ЧТО СПОСОБСТВУЕТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ ВОЗРОЖДЕНИЮ

- Как облегчить страдания умирающих пациентов?
- Как заботиться о пациенте в целом, не только о его болезни или отдельных симптомах?
- Как помочь умирающим пациентам нормализовать ситуацию, держать все под контролем, поддерживать отношения с окружающими, приобрести чувство нужности и цели своей жизни?
- Обучение пациентов
- Поддерживающие процедуры
- Глубинная работа (искусство, музыкальная терапия, работа с воображением, различные виды медитации)
- Моральная поддержка семьи, потерявшей близкого человека
- Психотерапия

ФИЛОСОФИЯ ПАЛЛИАТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ

«Мы сделаем все, что в наших силах, не только, чтобы помочь вам умереть мирно, но и чтобы достойно дожить до этого момента».

Dame Cicely Saunders



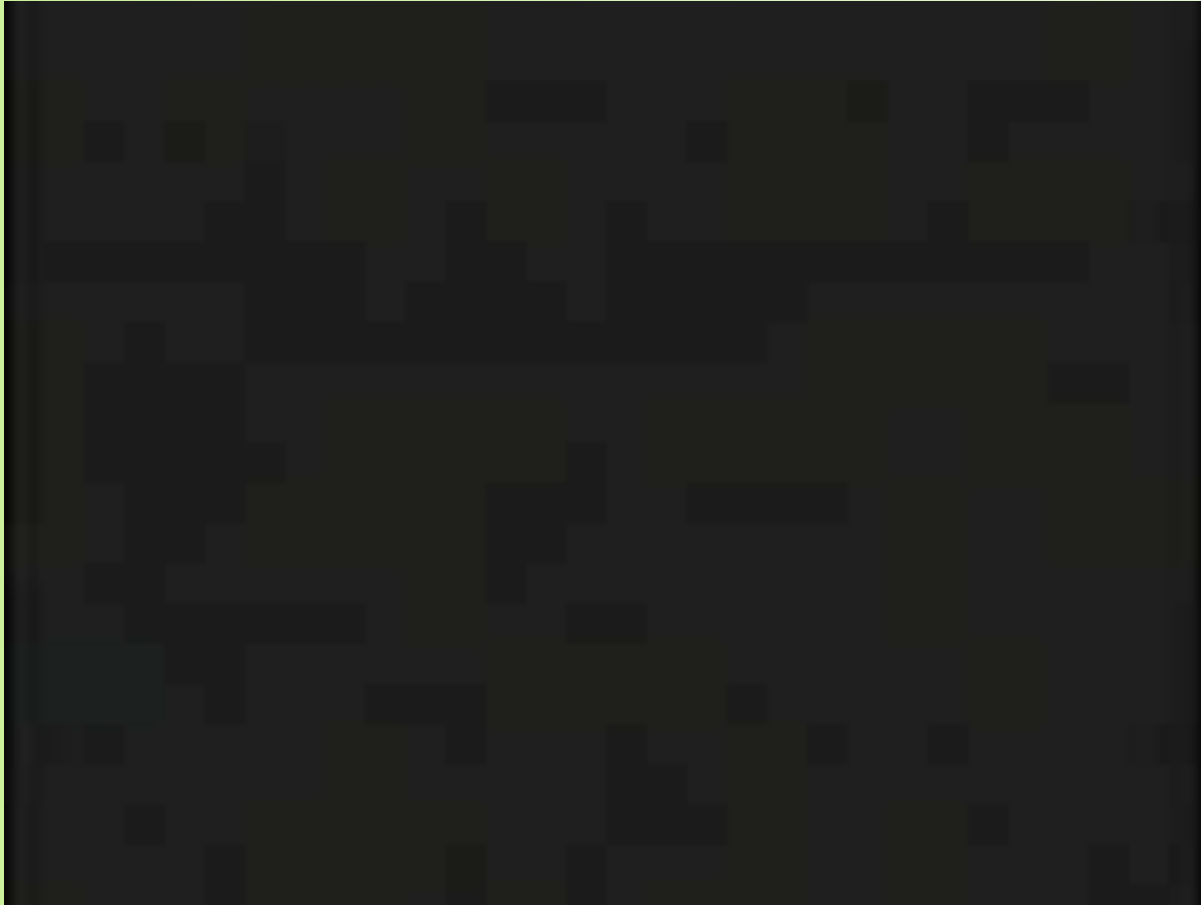
ЭЛИЗАБЕТ КЮБЛЕР-РОСС

Два коротких видео-ролика от Элизабет Кюблер-Росс:

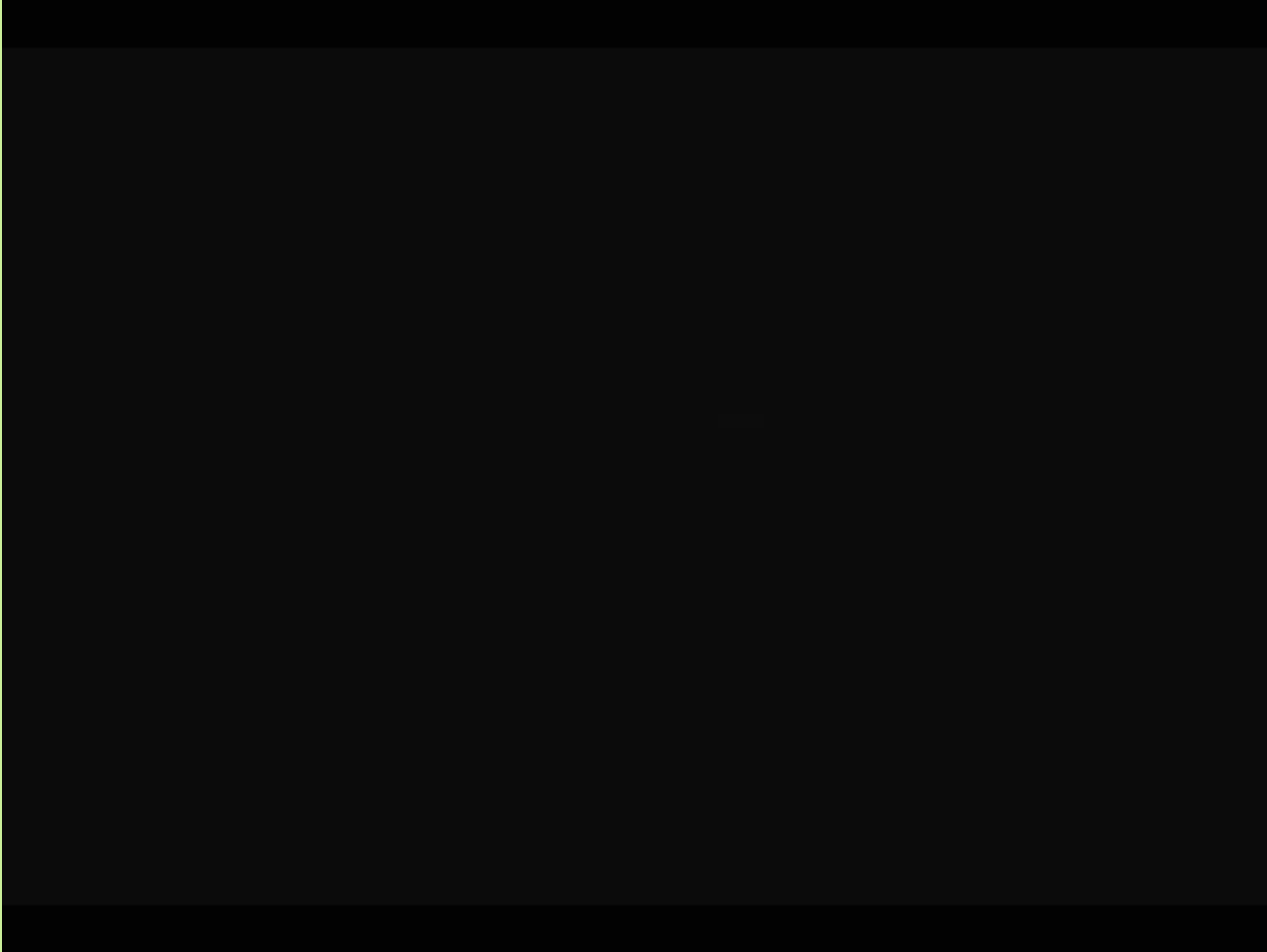
1. Последнее интервью на тему «Смерть и умирание»
2. Переход в новое состояние

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!

Последнее интервью о смерти и угасании



Совершая переход





Большое спасибо! [©] 1999