

Prendersi cura di una persona cara in fine vita



MY END OF LIFE **CARE**

Talking about what matters to me



E' normale che non si voglia parlare di come ci si prenderà cura di noi, o dei nostri cari più tardi nella vita, quando saremo invecchiati o gravemente malati.

Più di 4 australiani su 5 sentono che sia importante parlare dei propri desideri sulle cure di fine vita. La maggior parte delle persone però non ne parlano con i loro cari e non programmano per il futuro.

Perché è importante programmare in anticipo per le cure di fine vita?

Non è facile parlare delle cure di fine vita, ma avere un piano per come ci si prenderà cura della persona cara:

- Permetterà alla persona di avere il controllo, e di essere sicura che i suoi desideri saranno rispettati.
- Darà alla persona tranquillità sapendo che le persone attorno capiscono ciò che è importante e ne rispettano i desideri.

Cosa sono le cure palliative?

Le cure palliative servono a migliorare la qualità di vita di una persona di fronte a una malattia terminale. Si concentrano sui suoi bisogni e desideri, per prevenire e alleviare le sofferenze.

Le cure e il sostegno possono includere:

- Sollievo dal dolore e da altri sintomi
- Risorse come attrezzature mediche
- Assistenza alle famiglie perché si possano riunire per parlare di questioni sensibili
- Supporto per aiutare la persona a rispettare obblighi culturali
- Supporto per preoccupazioni emotive, sociali e spirituali
- Assistenza psicologica e sostegno al lutto.

Cosa sono le cure di fine vita?

Le cure di fine vita sono per persone di qualsiasi età. Riguardano i servizi e le cure palliative per chi affronta la fine della vita e i servizi di supporto ai suoi familiari.

Questo spesso richiede il contributo di una serie di professionisti sanitari con diverse competenze per gestire la malattia. Per quanto possibile, le cure di fine vita vengono date dove la persona si sente più a suo agio. Questo può essere a casa, in ospedale o in una casa di cura residenziale per gli anziani.



Come si può cominciare a parlare di cure di fine vita?

Parlare di cure di fine vita con una persona cara può essere difficile, ma è importante cominciare a farlo per poter programmare in anticipo.

Ecco alcune cose da tenere in mente:

- Non ci sono maniere giuste o sbagliate per parlare di questo - è una questione molto privata per la persona, per la famiglia e gli amici, ed è legata alle credenze culturali e religiose.
- La conversazione non deve essere affrettata - prendete tempo per pensare a ciò che è importante per la persona cara e per chi le è attorno.
- E' probabile che discorsi del genere si presentino nel corso del tempo - non è necessario risolvere tutto o prendere tutte le decisioni in una volta.
- Sono disponibili risorse e servizi di supporto per aiutare la persona e i suoi cari quando sono pronti a cominciare a parlarne e a programmare.

Passare dai desideri a un piano

Dopo aver parlato con la persona cara, con i familiari e i professionisti sanitari, il prossimo passo importante è di preparare un piano basato sui desideri della persona stessa.

Questo si chiama **Advance Care Planning**, ovvero piano anticipato di cure. È il processo di programmare in anticipo le cure mediche, qualunque sia l'età o lo stato di salute della persona. Ciò è particolarmente importante se la persona soffre di una malattia cronica o terminale, o se ha più di 75 anni.

Questo piano riguarda i valori, le credenze e le preferenze, per consentire ai familiari e ai prestatori di cure sanitarie di guidare i processi decisionali, se la persona diventa incapace di prendere o di comunicare le proprie decisioni in futuro.

La **Advance Care Directive**, ovvero direttiva anticipata di cure, è diversa da **Advance Care Planning** e registra le preferenze per il fine vita in un documento legale. Assicura che le decisioni della persona cara tengano conto del suo stato di salute e che il medico curante comprenda i suoi desideri.

Pianificare le cure di fine vita è qualcosa a cui non si vorrebbe pensare. Tuttavia documentare presto i desideri della persona cara aiuterà a dare chiarezza durante un periodo difficile per voi e per la persona stessa.

**Per maggiori informazioni sulle cure di fine di vita per una persona cara, visita il sito:
www.health.gov.au/palliativecare**