

Til pårørende

# Når en af dine nærmeste dør



I denne peje kan du finde nogle af svarene på de mange praktiske og følelsesmæssige spørgsmål, der kan opstå, når ens nærmeste dør. Du kan også læse om den sorg, der kan følge med et dødsfald.

Hvis du har yderligere spørgsmål, er du velkommen til at kontakte personalet på afdelingen eller ringe på nedenstående telefonnummer.

**Afdeling:** \_\_\_\_\_

**Direkte tlf.:** \_\_\_\_\_

Du kan desuden ringe til Informationen på Esbjerg og Grindsted Sygehus på telefon 7918 2000, så omstiller de dig til den pågældende afdeling.

# Afsked med afdøde

Når en patientafgår ved døden, gør plejepersonalet afdøde i stand. Som pårørende er man meget velkommen til at hjælpe med at gøre afdøde i stand sammen med personalet. For nogle pårørende er det betydningsfuldt at deltage, hvor andre ikke ønsker det. Beslutningen er helt op til dig som pårørende. Afdøde får enten hospitalstøj eller eget tøj på. Hvis du senere ønsker, at afdøde skal ikklædes andet tøj, kan bedemanden sørge for dette.

Når lægen har tilset patienten, bliver afdøde kørt til en stue et andet sted i huset - en såkaldt 6-timers stue, hvor der igen foretages syn af en læge efter 6 timer. Hvis du ikke fik taget afsked på afdelingen, kan du bede personalet på afdelingen om at besøge afdøde på en 6-timers stue.

Herefter køres vedkommende til sygehusets kapel. Transporten til kapellet foregår gennem sygehusets kældergang. Afdøde bliver kørt tildækket i sengen til kapellet. I kapellet bliver afdøde lagt på et leje i et køligt rum indtil bedemanden ankommer. Afdøde bliver under hele forløbet behandlet med respekt og omsorg.

Det er muligt at se afdøde i kapellet. Besøg i kapellet aftales med personalet i kapellet eller med en bedemand. I særlige tilfælde kan der dog være begrænsninger.

## Obduktion

En obduktion kan give svar på dødsårsagen, og bliver kun aktuel, hvis lægen mener, at det er hensigtsmæssigt eller hvis en offentlig myndighed begærer obduktion (f.eks. politiet).

Hvis den afdøde ikke har givet samtykke til obduktionen i løbet af sit sygdomsforløb, vil nærmeste pårørende blive bedt om samtykke til den lægevidenskabelige obduktion. En obduktion, som er begæret af offentlig myndighed, har pårørende ikke indflydelse på.

Ved langt de fleste forventede dødsfald foretages ikke obduktion. Har du som pårørende spørgsmål angående obduktion, kan du henvende dig i afdelingen.

I de tilfælde hvor der foretages obduktion, kan resultatet af denne indhentes af nærmeste pårørende hos afdødes praktiserende læge. Hvis afdøde har testamenteret sit legeme til et universitet, kan pårørende ikke ændre denne beslutning.

### **Kapellets åbningstider**

Hverdage kl. 08.00 - 15.00

Telefonnummer - Esbjerg: 7918 2456

Telefonnummer - Grindsted: 7918 9584 (spørg efter kapelbetjenten)

# Praktiske informationer

## **Bedemand**

Efter afskeden med afdøde anbefales det at tage kontakt til en bedemand, som er behjælpelig med det videre forløb.

Du kan læse mere på [www.bedemand.dk](http://www.bedemand.dk). Her finder du kontaktoplysninger på lokale bedemænd eller du kan finde dem i den lokale ugeavis.

## **Udlevering af ejendele**

Afdødes tøj og andre personlige ejendele udleveres til nærmeste pårørende. Værdigenstande (ur, smykker, nøgler, penge, kreditkort m.m.) skal dog opbevares på sygehuset, indtil Skifteretten har udstedt skifteretsattest.

Værdigenstandene bliver opbevaret aflåst. Når skifteretten har godkendt, at ejendelene må udleveres, kan du henvende dig i sygehusets Information, som vil hjælpe med at fremskaffe disse. Der skal medbringes en attest fra Skifteretten.

## **Anmeld selv dødsfald**

I kan selv anmelde dødsfaldet, men almindeligvis sker det gennem en bedemand. Hvis I selv vil anmelde dødsfaldet, skal det ske til kirkekontoret i afdødes bopæls sogn. Dette skal ske senest 2 hverdage efter dødsfaldet.

Præsten/kirkekontoret udfylder dødsanmeldelsen og underretter kommunen og Skifteretten.

Hvis afdøde ingen pårørende har, er det afdødes bopælskommune, der skal anmelde dødsfaldet. I særlige tilfælde dækker kommunen udgiften til begravelsen/bisættelsen.

## **Begravelse eller bisættelse**

Ved en begravelse sænkes kisten med afdøde ned i graven på kirkegården. Ved en bisættelse bliver afdøde brændt i kisten. Asken samles i en urne, der sættes ned på en kirkegård eller begravelsesplads.

Hvis I har særlige ønsker, skal I ansøge Kirkeministeriet om tilladelse.

Ved både begravelse og bisættelse kan der holdes en højtidelighed i en kirke eller et kapel alt efter afdødes og dine ønsker.

Begravelseshandlingen skal normalt finde sted senest 8 dage efter dødsfaldet. Er afdøde medlem af et andet trossamfund kan en iman, præst eller lignende foretage handlingen derfra. Er afdøde ikke medlem af et anerkendt trossamfund, kan en ceremoni - en såkaldt borgerlig begravelse eller bisættelse - holdes i et kommunalt kapel.

### **Det praktiske omkring begravelsen/ bisættelsen**

En bedemand kan være behjælpelig med planlægning og forberedelse af begravelsen/bisættelsen.

- *Dødsannonce.* Hvis I ønsker det, kan I sætte en annonce i avisen; dette hjælper bedemanden almindeligvis også med.
- *Gravsted.* Der findes flere former for gravsteder. I er velkomne til at besøge kirkegården og se mulighederne.
- *Gravsten.* Bestilles hos en stenhugger.
- *Urnenedsættelse.* I kan aftale med kirkegårdslederen, at I får besked, når urnen sættes i jorden, så I har mulighed for at ønske deltagelse ved urnenedsættelsen.

### **Information om Økonomi, Forsikring og Skifteret**

- *Økonomi.* Alle konti lukkes, når en kontoindehaver dør. Dette gælder også fælleskonti.
- *Forsikring.* Hvis dødsfaldet skyldes en ulykke, skal det anmeldes til afdødes forsikrings selskab.
- *Skifteret.* Skifteretten bliver automatisk underrettet om dødsfald. Skifteretten kontakter de pårørende og sørger for at opgøre formue, evt. gæld og fast ejendom.

# Sorg

Sorg er ikke en sygdom, som skal helbredes, men en naturlig reaktion hos den, der har mistet en nær person. Man kan sige, at sorg er kærlighed, der er blevet hjemløs.

Alle mennesker reagerer forskelligt på sorgen og det er naturligt at være ude af sig selv eller reagere anderledes, end du plejer.

At miste et menneske, du har været knyttet til, vil lige meget hvordan relationen har været skabe en reaktion.

Sorg har mange ansigter og vækker forskellige følelser, som igen er forskellige fra menneske til menneske. Mange spekulerer over, om man reagerer "rigtigt". Der findes ingen opskrift og der er intet "rigtigt" eller "forkert".

Når der sker et dødsfald, stilles vi ansigt til ansigt med både skræmmende og forvirrende følelser - og måske også fysiske symptomer. Følelserne og symptomerne er forskellige og kan omfatte:

- Tomhed
- Træthed
- Søvnbesvær
- Nedtrykthed
- Vrede
- Lettelse
- Selvkritik
- Skyld
- Selvmedlidenhed

For mange efterladte kommer erkendelsen af det uigenkaldelige tab gradvist, og sorgen kan - i en periode - føles meget dyb og helt uudholdelig.

At lære at leve med sit tab er en proces, der varer ved. Nogle dage kan være lettere end andre at komme igennem, mens andre dage kan føles næsten uudholdelige. Sorg kan beskrives som den proces, hvor man i eget tempo prøver at leve uden den man har mistet.

Flere sorgforskere peger på, at den sorgramte skifter mellem, hvad de betegner som to spor.

I det ene spor er man præget af smerte over tabet, og bearbejder tabet og erkendelsen. Dette spor betegnes som "det tabsorienterende spor".

I det andet spor forholder man sig til alt dét, som tabet medfører. Det kan typisk være praktiske ting i hverdagen, der skal tages stilling til og andre ændringer i dagligdagen. Dette spor betegnes som "det genindførende spor".

Den sorgramte skifter mellem disse to spor - i starten mange gange dagligt, senere i forløbet med længerevarende mellemrum. Over tid vil det genindførende spor blive dominerende, men smerte og sorgfølelse over tabet vil dukke op med forskellige mellemrum.

Der kan ikke sættes tid på en sorgproces, idet den er individuel og afhængig af relationen til afdøde.

### **Tal om din sorg**

Pårørende og venner har ofte svært ved at gætte, hvad du har brug for. Fortæl derfor hvad du gerne vil have hjælp til. Dette kan f. eks. være forskellige praktiske ting eller bare at være sammen med og blive lyttet til.

Hvis du føler behov for hjælp til psykiske eller fysiske symptomer, kan du altid kontakte din egen læge. Her kan samtale og evt. medicin i en periode være en mulighed. Lægen kan også henvise til anden form for hjælp f.eks. en psykolog.

Andre former for hjælp kan desuden være:

- Din præst (find din lokale præst på [www.sogn.dk](http://www.sogn.dk))
- Selvhjælpsgrupper (søg på nettet eller spørg din læge eller præst)
- Sorggrupper (søg på nettet eller spørg din læge eller præst)