

Νοσηλευτική φροντίδα στη ΜΕΘ τις ημέρες των εορτών- Ο ρόλος των νοσηλευτών στη στήριξη των οικογενειών

Ζωή Κωνσταντή

**Nursing care in the Intensive
Care Unit during the Christmas
holidays. The role of nurses in
supporting families.**

*Επίκουρη Καθηγήτρια, Τμήμα
Νοσηλευτικής, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων*

Τα Χριστούγεννα είναι η κατ' εξοχήν οικογενειακή γιορτή, που φέρνει κοντά συγγενείς και φίλους, δημιουργώντας ένα κλίμα βαθιάς αγάπης και αποδοχής, δίνοντας την ευκαιρία στα μέλη της οικογένειας να μοιραστούν στιγμές, να ενισχύσουν τους δεσμούς τους και να δημιουργήσουν αναμνήσεις.¹ Είναι μια περίοδος που ενισχύει την ανάγκη οικογενειακής εγγύτητας, φροντίδας και συναισθηματικής σύνδεσης. Για τις οικογένειες, ωστόσο, των βαρέως πασχόντων ασθενών που νοσηλεύονται σε Μονάδες Εντατικής Θεραπείας (ΜΕΘ), οι γιορτές βιώνονται συχνά ως περίοδος έντονης ψυχικής δοκιμασίας, όπου η προσδοκία της χαράς συνυπάρχει με την καθημερινή αγωνία, την αβεβαιότητα και τον φόβο της απώλειας.²

Η εισαγωγή ενός αγαπημένου προσώπου στη ΜΕΘ αποτελεί ένα τραυματικό γεγονός, που διαταράσσει αιφνίδια την οικογενειακή ισορροπία. Τα μέλη της οικογένειας καλούνται να προσαρμοστούν σε νέους ρόλους, να διαχειριστούν σύνθετες ιατρικές πληροφορίες, να συμβιβαστούν με τον περιορισμένο χρόνο επαφής με τον ασθενή και να εξοικειωθούν με το ιδιαίτερα στρεσογόνο περιβάλλον της ΜΕΘ.^{3,4} Όταν αυτή η εμπειρία λαμβάνει χώρα κατά τη διάρκεια των γιορτών, η συναισθηματική επιβάρυνση αυξάνεται. Οι οικογενειακές συνήθειες που χαρακτήριζαν αυτές τις μέρες διακόπτονται ή μεταβάλλονται, ενώ η απουσία του ασθενούς γίνεται ιδιαίτερα αισθητή μέσα από τις στιγμές που άλλοτε επιβεβαίωναν τη συνοχή και τη συνέχεια της οικογενειακής ζωής.⁴

Σε αυτό το πλαίσιο, πολλές οικογένειες βιώνουν αυτό που περιγράφεται στη βιβλιογραφία ως αμφίσημη απώλεια (ambiguous loss): ο ασθενής είναι βιολογικά παρών, αλλά ψυχολογικά απών, λόγω της περιορισμένης δυνατότητας εκπλήρωσης των οικογενειακών ρόλων και συμμετοχής στα κοινά βιώματα.^{3,4} Η κατάσταση αυτή, περιορίζει το αίσθημα της ελπίδας και οδηγεί σε αρκετές περιπτώσεις, σε παρατεταμένη συναισθηματική ένταση και αβεβαιότητα. Παράλληλα, η κλινικά επιβαρυνόμενη κατάσταση της υγείας του ασθενή και η παρατεταμένη νοσηλεία προ-

Υπεύθυνη αλληλογραφίας:
Ζωή Κωνσταντή
τηλ: 6947525357
e-mail: zkonstanti@uoi.gr

καλούν σοβαρή διατάραξη της οικογενειακής λειτουργίας (family disruption), με αλλαγές στην καθημερινότητα, στις ευθύνες και στην αίσθηση κανονικότητας.³ Οι γιορτές, με τον έντονο συμβολισμό τους, λειτουργούν συχνά ως μεγεθυντικός φακός αυτών των εμπειριών.⁵

Η κοινωνική προσδοκία ότι οι γιορτές πρέπει να βιώνονται ως περίοδος χαράς και ευφορίας μπορεί να εντείνει περαιτέρω τη συναισθηματική αναστάτωση των συγγενών. Πολλοί βιώνουν αισθήματα απομόνωσης και μοναξιάς, καθώς δυσκολεύονται να συμμετάσχουν στο εορταστικό κλίμα των ημερών, αλλά και ενοχής - είτε επειδή αδυνατούν να νιώσουν χαρά, είτε επειδή επιτρέπουν στον εαυτό τους ελάχιστες στιγμές ανακούφισης. Μέσα σε αυτό το συναισθηματικά φορτισμένο περιβάλλον, η ανάγκη για υποστήριξη, κατανόηση και εγγύτητα καθίσταται επιτακτική.⁴

Σε αυτή τη συνθήκη αυξημένης ευαλωτότητας, ο ρόλος των νοσηλευτών της ΜΕΘ αναδεικνύεται καθοριστικός. Οι νοσηλευτές βρίσκονται σε συνεχή φυσική και επαγγελματική εγγύτητα με τον ασθενή, αλλά και με τις οικογένειες και τους σημαντικούς άλλους του ασθενή. Κατά την εορταστική περίοδο, η νοσηλευτική φροντίδα δεν θα πρέπει να περιορίζεται στην παροχή κλινικών παρεμβάσεων, αλλά να επεκτείνεται στη συναισθηματική υποστήριξη, την ουσιαστική επικοινωνία και την έμπρακτη ενσυναίσθηση προς τον ασθενή και την οικογένεια. Οι νοσηλευτές θα πρέπει να είναι σε θέση να γεφυρώσουν το υψηλής τεχνολογίας κλινικό περιβάλλον της εντατικής με την ανάγκη των οικογενειών για νόημα και ελπίδα.^{3,7}

Οι νοσηλευτές διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη στήριξη της οικογένειας σε συνθήκες κρίσης. Η οικογενειακή φροντίδα στη ΜΕΘ αναγνωρίζει την οικογένεια ως αναπόσπαστο μέρος στη διαδικασία φροντίδας και όχι απλώς ως επισκέπτη.^{1,3} Η ενθάρρυνση συμμετοχής της οικογένειας στη φροντίδα, η διευκόλυνση της επικοινωνίας με τον ασθενή και η υποστήριξη μικρών, συμβολικών πράξεων - ιδιαίτερα κατά τις γιορτές - μπορούν να προσδώσουν αίσθηση ανακούφισης και συνέχειας. Ένα προσωπικό αντικείμενο, μια ευχή, μια στιγμή σιωπηλής παρουσίας αποκτούν ιδιαίτερη βαρύτητα.^{2,7}

Η αναγνώριση της αμφίσημης απώλειας, χωρίς την προσπάθεια άρσης της αβεβαιότητας και του φόβου, μέσω βεβαιωμένων καθησυχαστικών παρεμβάσεων, συνιστά

βασική αρχή της νοσηλευτικής πρακτικής. Μέσα από την ενεργητική ακρόαση, τη σαφή, κατανοητή και ειλικρινή ενημέρωση και την αποδοχή των αντικρουόμενων συναισθημάτων των συγγενών, οι νοσηλευτές συμβάλλουν στη μείωση της ψυχικής επιβάρυνσης και στην ενίσχυση της εμπιστοσύνης.^{3,7}

Επιπλέον κατά την περίοδο των γιορτών, όπου οι αλλαγές στο πρόγραμμα και η μειωμένη διαθεσιμότητα άλλων υποστηρικτικών δικτύων μπορεί να εντείνουν την ανασφάλεια, η νοσηλευτική επικοινωνία αποτελεί σταθερό σημείο αναφοράς για τις οικογένειες. Η σταθερή, κατανοητή και αποτελεσματική ενημέρωση συμβάλλει στη μείωση της αβεβαιότητας και του άγχους των συγγενών.³

Ωστόσο, η στενή και συνεχής εμπλοκή με τις οικογένειες δεν είναι χωρίς κόστος για τους νοσηλευτές. Η στήριξη οικογενειών που ζουν για καιρό μέσα στην αβεβαιότητα και τη συναισθηματική φόρτιση απαιτεί από τους νοσηλευτές όχι μόνο γνώση, αλλά και βαθιά επαγγελματική ανθεκτικότητα. Ιδιαίτερα κατά τις γιορτές, πολλοί νοσηλευτές καλούνται να επιτελέσουν τον ρόλο τους μακριά από τις δικές τους οικογένειες, γεγονός που ενισχύει την ανάγκη για θεσμική αναγνώριση και έμπρακτη υποστήριξη του νοσηλευτικού έργου.⁶

Η οικογενειοκεντρική φροντίδα στη ΜΕΘ δεν αποτελεί πολυτέλεια, αλλά βασικό στοιχείο ποιοτικής και ολιστικής νοσηλευτικής πρακτικής. Η ενσωμάτωσή της στην καθημερινή φροντίδα, ιδιαίτερα κατά τις ημέρες των γιορτών, ενισχύει όχι μόνο την ψυχική ανθεκτικότητα των οικογενειών, αλλά και τον πολύπλευρο και πολυδιάστατο ρόλο των νοσηλευτών της ΜΕΘ.¹ Κατά κάποιον τρόπο, οι γιορτές στη ΜΕΘ μας υπενθυμίζουν το βαθύτερο νόημα της νοσηλευτικής φροντίδας: ότι, ακόμη και όταν δεν μπορούμε να αλλάξουμε την έκβαση της νόσου, μπορούμε να αλλάξουμε τον τρόπο με τον οποίο βιώνεται η εμπειρία της ασθένειας.^{3,7}

Με την παρουσία, την ενσυναίσθηση και τη συνέπεια στη φροντίδα των οικογενειών, οι νοσηλευτές μετατρέπουν έναν χώρο υψηλής τεχνολογίας σε χώρο ανθρώπινης σχέσης ικανό να χωρέσει τον φόβο και την ανησυχία των συγγενών.⁷ Τελικά ίσως αυτό να είναι το πραγματικό νόημα των γιορτών στη ΜΕΘ: η σιωπηλή αλλά ουσιαστική υπενθύμιση ότι η νοσηλευτική φροντίδα παραμένει, πάνω απ' όλα, πράξη ανθρωπιάς.

Βιβλιογραφία

1. Allen SR, Pascual J, Martin N, Reilly P, Luckianow G, Datner E, Davis KA, Kaplan LJ. A novel method of optimizing patient- and family-centered care in the ICU. *J Trauma Acute Care Surg.* 2017 Mar;82(3):582-586.
2. Beesley SJ, Hopkins RO, Francis L, Chapman D, Johnson J, Johnson N, Brown SM. Let Them In: Family Presence during Intensive Care Unit Procedures. *Ann Am Thorac Soc.* 2016 Jul;13(7):1155-9
3. Davidson JE. Family-centered care: meeting the needs of patients' families and helping families adapt to critical illness. *Crit Care Nurse* 2009;29(3): 28-34
4. Engström A, Söderberg S. The experiences of partners of critically ill persons in an intensive care unit. *Intensive Crit Care Nurs* 2004;20(5):299-308.
5. Foulk T, Woolum A, Erez A. Catching rudeness is like catching a cold: the contagion effects of low-intensity negative behaviors. *J Appl Psychol* 2016;101(1):50-67
6. Moss M, Good VS, Gozal D, Kleinpell R, Sessler CN. A Critical Care Societies Collaborative Statement: Burnout Syndrome in Critical Care Health-care Professionals. A Call for Action. *Am J Respir Crit Care Med.* 2016 Jul 1;194(1):106-13.
7. Torke AM, Wocial LD, Johns SA, Sachs GA, Callahan CM, Bosslet GT, Slaven JE, Perkins SM, Hickman SE, Montz K, Burke ES. The Family Navigator: A Pilot Intervention to Support Intensive Care Unit Family Surrogates. *Am J Crit Care.* 2016 Nov;25(6):498-507