

Information til de pårørende
i forbindelse med dødsfald



*Bearbejdet april 2005
efter materiale fra Skadestuen af*

*Sygehuspræst
Tove Gade*

*Klinisk udviklingssygeplejerske
Kristina Bartholin*

*Klinisk udviklingssygeplejerske
Birgit Bonfils*

*Forsknings - udviklingssygeplejerske
Mette Kjerholt*



Indholdsfortegnelse

side

Ved dødsfald	4
Hvad sker der med den døde?	4
Kapellets åbningstider	4
Hvad sker der med den dødes ejendele ?	4
Patientservice åbningstider	5
Begravelse / bisættelse	5
Hvad skal der tages stilling til?	6
Skifteretten	6
Om sorg	6
Sorg / krisereaktioner	7
Giv plads for sorgen	7
Forskellige måder at sørge på	8
Det tager tid	8
At søge hjælp	8
Børn og sorg	9
Begravelsen / bisættelsen	9
Sorg hos børn	9
Børn skal ikke glemme	9
Inddrag børnehave eller skole	10
Forslag til læsning	10



Ved dødsfald

Når en af ens nærmeste er død, er der meget, man skal tage sig af som efterladt. Mange vil gerne have så meget af det praktiske omkring begravelsen/bisættelsen på plads så hurtigt som muligt efter dødsfaldet.

Desværre er det ofte sådan, at de beslutninger, der træffes i hast, ikke altid svarer til det, man egentlig gerne ville. Det er derfor vigtigt at huske, at der er god tid. Begravelsen / bisættelsen skal efter gældende lovgivning foregå senest 8 dage efter dødsfaldet er sket. Når den døde er på sygehuset, kan der gå 14 dage inden begravelsen / bisættelsen finder sted, hvis der er særlige forhold som gør sig gældende. Er der derudover behov for yderligere tid, kan man søge embedslægen om udsættelse.

Hvad sker der med den døde?

Er det praktisk muligt, forbliver den døde på afdelingen, indtil de af de pårørende, der ønsker det, har taget afsked med den døde.

Som pårørende vil man blive bedt om at tage stilling til om man ønsker obduktion af den døde.

Ca. 6 timer efter dødsfaldet vil lægen tilse den døde igen for at konstatere, at der er sikre dødstejn. Når lægen har tilset den døde, og familien har taget afsked, bliver den døde kørt til sygehusets kapel.

Transporten til kapellet foregår gennem sygehusets kældergang. Den døde bliver kørt i den seng, som han/ hun lå i på afdelingen.

I kapellet bliver den døde lagt på et lege i et køligt rum. Her er den døde indtil begravelsen / bisættelsen. Den døde bliver hele tiden behandlet med respekt og omsorg.

Det er muligt at se den døde i kapellet. Både i forbindelse med afhentningen til begravelse / bisættelse og inden da. Besøg i kapellet aftales med personalet i kapellet. Det er ikke muligt at få fremvist den døde udenfor kapellets åbningstider.

Kapellets åbningstider

Mandag til fredag kl. 09.00 - 15.00

Tlf.: 3977 3611

Hvad sker der med den dødes ejendele ?

Afdødes tøj, sko, tasker, plejartikler m.v. bliver udleveret til de efterladte i afdelingen straks efter dødsfaldet eller senere i kapellet. Afdødes ejendele opbevares op til 3 måneder, hvorefter de bortskaffes.



Værdigenstande

Den afdødes værdigenstande, herunder nøgler m.v. deponerer afdelingen straks efter dødsfaldet hos Patientservice, som har sikrede forhold. Patientservice fremsender en opgørelse over afdødes deponerede værdigenstande til skifteretten. Når skifteretten har påtegnet brevet fra Patientservice vedrørende de deponerede værdigenstande, bliver disse fremsendt til den person, som boet er udlagt til. De kan også afhentes af den person, boet er udlagt til mod fremvisning af skifteretsattest. Såfremt værdigenstandene afhentes af en anden person skal følgende medbringes:

- Skifteretsattest
- Fuldmagt fra den person boet er udlagt til
- Legitimation på den person, der afhenter værdigenstandene

Patientservice åbningstider

Mandag til fredag kl. 9.00 - 15.00
Tlf.: 3997 8157 / 3997 8147

Begravelse / bisættelse

Ved en begravelse sænkes kisten i jorden på en kirkegård efter højtideligheden. Ved en bisættelse brændes den døde i kisten på krematoriet, hvorefter asken samles sammen i en urne, der nedsættes på en kirkegård. Forud for begravelsen/bisættelsen finder der som regel en højtidelighed sted i kirke eller kapel. Hvis den døde var medlem af Folkekirken, medvirker en præst ved højtideligheden. Med præsten aftales tid og sted og ønsker om højtidelighedens forløb. Man kan selv ordne det praktiske i forbindelse med begravelsen / bisættelsen, eller man kan få en bedemand til at hjælpe sig. Hvis man vælger selv at tage sig af det praktiske, skal man anmelde dødsfaldet på kirkekontoret i det sogn, hvor den døde havde bopæl i. Dette gælder også, selvom den døde ikke var medlem af Folkekirken.

Når man henvender sig til kirkekontoret eller bedemanden skal følgende personlige papirer medbringes:

- Den dødes sygesikringsbevis
- Dåbsattest / navneattest på afdøde og evt. ægtefælle
- Evt. vielsesattest
- Evt. skilsmissepapirer
- Dødsattest

(Udleveres af Sygehusets kapel. Er ikke nødvendig ved henvendelse til bedemand.)

Er papirerne bortkommet, kan oplysninger skaffes gennem kirkekontoret. Uanset om man vælger selv at tage sig af det praktiske, eller man vælger at benytte en bedemand, er det en god ide, at de nærmeste efterladte i fred og ro taler sammen om, hvordan højtideligheden skal foregå, inden de kontakter bedemand eller kirkekontor. Det er vigtigt, at man får taget afsked med den døde på en måde, der er i overensstemmelse med vedkommendes ønsker og rigtig for én selv, også for hvordan man selv kommer igennem sorgen og videre i livet.



Hvad skal der tages stilling til?

- Hvilket tøj skal den døde have på? (*Eget tøj? Tøj fra bedemanden?*)
- Er der noget den døde skal have med i kisten? (*Breve, tegninger, vielsesring, blomster eller andet*)
- Skal familien være med, når kisten lukkes i sygehusets kapel?
- Skal den døde begraves eller brændes?
- Hvor og hvornår skal højtideligheden foregå? (*Tid og sted – Kirke eller kapel*)
- Hvem skal medvirke ved højtideligheden? (*Præst? Aftale om samtale?*)
- Hvordan skal højtideligheden være? (*sange/salmer, musikindslag, kistepynt, blomster*)

Hvem skal bære kisten ud?

- Hvis man vælger bisættelse: Skal kisten blive stående eller bæres ud?
- Hvem skal med til begravelsen eller bisættelsen?
- Skal der være en sammenkomst bagefter? (*Hvor? For hvem?*)
- Skal der annoncere i avisen? (*Hvad skal der stå?*)
- Skal der være et gravsted? (*På hvilken kirkegård? Hvilken slags gravsted?*)
- Skal der være en gravsten/mindsten?
- Hvis man vælger bisættelse: Skal familien være med, når urnen sættes i jorden?

Skifteretten

Skifteretten er den retsinstans, der tager sig af boet, og den bliver automatisk underrettet om dødsfaldet. Ca. 2-4 uger efter dødsfaldet bliver den døde nærmeste pårørende indkaldt til et møde, hvor der tages stilling til, hvordan boet skal behandles. Der findes en skifteret i hver retskreds.

Adresse og telefonnummer findes i telefonbogen.

Om sorg

Selvom døden også kan opleves som en befrielse eller en lettelse, er det for de fleste altid svært at miste et menneske, man har holdt af. Tabet og smerten kan fylde hele ens tilværelse. Det kan tage lang tid, før livet bliver sammenhængende, tåleligt og godt igen.

Sorg kan vare måneder eller år. Selv om det til tider kan være vanskeligt at tro på, er det muligt at komme igennem sorgen, så der igen bliver plads for glæde og livslyst og minder om den, man har mistet.



Sorg og krisereaktioner

Ikke bare ved uventede og pludselige dødsfald, men også ved forventede dødsfald opstår der undertiden en slags følelseschok. Livet stopper, alt går i stå og verden omkring en bliver uvedkommende. Alt føles uvirkeligt.

Den efterladte kan spørge sig selv: "Jamen, elskede du ham ikke, siden du intet føler og ikke engang kan græde?"

Nogle klamrer sig til håbet om, at det hele er en drøm, som de vågner af om lidt, og så er alt ved det gamle.

Denne følelsesmæssige lammelse kan vare fra et øjeblik til flere dage.

Efter den eventuelle følelsesmæssige lammelse kommer der ofte andre reaktioner. Mange bliver chokeret over, hvor stærkt de reagerer. Fortvivlelse, vrede, skyldfølelse, angst og ensomhed kan fylde hele tilværelsen. Det er heller ikke ualmindeligt at tro, at man ser eller hører den afdøde.

Selvom følelserne kan være meget intense, er det ganske normalt at reagere på den måde.

Sorg kan også give fysiske reaktioner. De mest almindelige er, at man mister appetitten og har svært ved at falde i søvn, eller at man modsat føler sig så træt, at man kan sove hele tiden. Men hovedpine, hjertebanken, svimmelhed, fornemmelse af ånde-
drætsbesvær og fordøjelsesproblemer er heller ikke usædvanligt.

Giv plads for sorgen

Sorgen kan tit blive hjemløs i en fortravlet verden. Det er derfor en god ide at sætte tid af til at mindes det, man havde sammen med den døde, og det kan være en hjælp at være sammen med andre, der kendte afdøde. Især kan dette være en stor hjælp på særlige dage som fødselsdage og i forbindelse med højtider. Det er vigtigt, at man i fællesskab skaber nye traditioner og ritualer.

Man skal ikke være bange for at vise, hvad man føler. Kan man græde, skal man give sig selv lov til det. Tårer forstærker ikke sorgen, men de kan lindre den.

For mange hjælper det også at tale med andre, som kan lytte og vise omsorg, og som ikke selv er berørt af den samme sorg.





Forskellige måder at sørge på

I en familie er det vigtigt at huske på, at der er forskellige måder at sørge på. F.eks. kan nogle slet ikke overkomme at arbejde, mens andre synes det hjælper dem at beskæftige sig med noget velkendt. Det ene er ikke mere rigtigt end det andet.

Uanset hvor mange man mister, er hver eneste sorg et nyt landskab at befinde sig i, og vejen gennem sorgen bliver til, imens man går den. Vejen gennem sorgen går sjældent lige frem. Ofte går den to skridt frem og et tilbage, eller den går et skridt frem og to tilbage.

Det tager tid

Mange bliver overraskede over, hvor lang tid, der kan gå, før man kommer igennem sorgen over et dødsfald. Men erfaringen viser, at sorg oftest tager tid, og at man kun udskylder den ved at flygte fra den.

Med tiden kan selv stærke bånd til den døde løsne sig og forvandle sig til minder. Det betyder ikke, at man glemmer ham eller hende. Der er ingen modsætning mellem at bevare minderne om afdøde og se fremad i sit liv.

At søge hjælp

Familie og venner vil som regel gerne hjælpe én, men det kan være svært for dem at vide, hvordan de skal støtte én. Derfor er det vigtigt, at man fortæller sin familie og sine venner, hvordan man har det og hvad man gerne vil have hjælp til. Man ved selv bedst, hvilken hjælp, man har brug for, og hvem man har brug for hjælp af.

Bliver det for svært at komme igennem sorgen, kan man søge professionel hjælp. Man kan henvende sig til sin læge og evt. få en henvisning til psykolog, eller man kan søge hjælp hos en præst f.eks. den præst, der forestod begravelsen/bisættelsen.

Der er også hjælp at få gennem opfølgende besøg fra hjemmeplejen, i patientforeninger og i eventuelle sorghjælpper, ligesom Skt. Nikolaitjenesten tager imod anonyme henvendelser på telefon 33121400 hverdage kl. 9-03, søn- og helligdage kl. 13-03



Børn og sorg

Når et barn mister et nært familiemedlem, har det ekstra brug for en tæt og varm kontakt. Børn skal have lov til at vise deres følelser og stille spørgsmål.

Begravelsen/bisættelsen

Det er naturligt, at barnet deltager i bisættelsen sammen med de andre efterladte.

Forbered barnet godt. Fortæl nøjagtigt, hvad der skal foregå og hvorfor. Lad barnet være med til at vælge blomster, flette en krans eller lave en tegning, som kan lægges på kisten. Tag evt. barnet med hen og se kirken og kirkegården inden begravelsen.

Under begravelsen/bisættelsen skal barnet hele tiden have en voksen hos sig, som det er tryk ved.

Sorg hos børn

Mindre børn har ikke brug for lange samtaler. De snakker og græder i små portioner. De spørger, får svar og løber så ud for at lege igen.

Vis barnet, at det er i orden både at være glad og at være ked af det. Når barnet spørger om døden, svar så ærligt som muligt. Børn kan godt acceptere, at voksne ikke ved alt.

Sammenlign ikke døden med søvn eller rejse, men understreg at den døde ikke kommer hjem igen.

Forbereder man barnet godt, kan det være en god hjælp, at barnet er med til at sige farvel til den døde, inden låget sættes på kisten i kapellet.

Børn skal ikke glemme

Det er vigtigt for børn at bevare mindet om den døde. De voksne hjælper ikke barnet ved at undgå at tale om døden.

At være sammen om minder, mildner smerten både hos børn og voksne. Se på fotografier, tal om gode og svære oplevelser, lav evt. i fællesskab et album om den døde, som barnet kan tage frem, når det har lyst eller behov for det.

Man hjælper barnet ved at sige "kan du huske?" eller "sådan ville han altid have det" eller "det var hendes yndlingsmad", så ved barnet, at det er tilladt at mindes.

Inddrag børnehave eller skole

Barnet kan have fri de første dage efter dødsfaldet, men trives ofte bedst med hurtigt at komme tilbage til den kendte hverdag.

Nær kontakt til børnehave eller skole har stor betydning for, hvordan barnet kommer igennem sorgen. Snak med barnets klasselærer / pædagog, som så vil sørge for, at der bliver taget godt imod barnet.

Det er de voksnes ansvar, at kammeraterne får at vide, hvad der er sket på en ordentlig måde. Større børn kan inddrages i, hvordan det skal gøres.

Vær opmærksom hvis barnet bliver stille, ikke leger, skulker fra skole, isolerer sig eller bliver overdrevent føjelig. Disse reaktioner ses ofte hos børn, der går alene med svære tanker. Rådfør dig evt. med barnets læge, skolepsykologen eller en anden professionel.

Forslag til læsning

- Bente Chemnitz: *Sørgetid - en bog om at miste. Forum 2003*
 - Birgitte Madsen m.fl.: **Mit barn døde, Børn om mors og fars død, Min mor døde, Min far døde, Min søster døde, Min bror døde.**(4 forskellige bøger)
Kroghs Forlag 2001.
 - Ernst W. Pedersen, Palle Gerlach: *En dag ser du ej mørket mer': en hilsen fra kirken til de efterladte. Materialecentralen 1989*
 - Karsten Holm: **Julie er død.** *Gyldendal 1987*
 - Anne Jacobsen: **Der var engang vi ikke var her - en bog om døden for børn.**
Hans Reitzels forlag 1989
 - www.NetDoktor.dk **Dødsfald**
 - www.BGBR.dk Begravelsesportalen,
Vejledning til de pårørende ved dødsfald
 - Marianne Davidsen-Nielsen og Nini Leick: **Den nødvendige smerte,**
Gyldendal, 3 oplag, 2002
 - Bibelen, **Den danske Salmebog, Det Kgl. Vajsenhus forlag 2003**
-



