Palliatiivravi

Palliatiivravi ehk vaevusi leevendav ravi on erialadevaheline terviklik aktiivne ravi, mille eesmärk on aegsasti märgata, hinnata ja ravida haigusest ja selle ravist tingitud valu ning teisi kehalisi vaevusi, samuti leevendada psühhosotsiaalseid ja hingelisi kannatusi kogu haiguse vältel kuni elu lõpuni.

Palliatiivravi on mõeldud inimestele, kellel on elu ohustav haigus või elukvaliteeti halvendav tervislik seisund. See ei ole mõeldud ainult vähihaigetele, vaid sellest võivad abi saada ka näiteks südame-, kopsu- või neeruhaiguste, neuroloogiliste haiguste ja teiste krooniliste või elu ohustavate haigusseisunditega inimesed.

Palliatiivravi võib toimuda samaaegselt muu aktiivse raviga, näiteks intensiivravi või antibiootikumraviga, kui see vastab inimese tahtele.

Palliatiivravi eesmärk

Palliatiivravi eesmärk ei ole surma kiirendada ega edasi lükata. Selle eesmärk on vähendada kannatusi ning aidata inimesel elada võimalikult hea enesetunde ja inimväärikusega kuni elu lõpuni.

Ravi eesmärgid võivad haiguse jooksul muutuda. Mõnikord jõutakse olukorda, kus ravi ei suuda enam taastada inimese jaoks vastuvõetavat terviseseisundit ega haiguse kulgu oluliselt mõjutada. Sellisel juhul võib ravi eesmärk muutuda elu pikendamiselt vaevuste leevendamisele ja võimalikult hea elukvaliteedi säilitamisele.

Ravist loobumine ei tähenda ravita jätmist

Kui inimene loobub mõnest elu säilitavast või elu pikendavast ravist, ei tähenda see, et tema ravi või eest hoolitsemine lõpeb.

Näiteks:

- kui inimene ei soovi elustamist, ravitakse endiselt tema valu;
- kui ta ei soovi intensiivravi, leevendatakse tema õhupuudust;
- kui ta ei soovi kunstlikku ventilatsiooni, ei jäeta teda õhupuudusega hingeldama;
- kui ta ei soovi kunstlikku toitmist, jätkub tema eest hoolitsemine.

Sellisel juhul lõpetatakse või jäetakse alustamata konkreetne elu pikendav sekkumine, kuid **ravi ei lõpe – ravi eesmärk muutub**.

Materjal on koostatud Tartu Ülikooli elulõpu tahteavalduse e-koolituse väljatöötamise projekti raames, kasutades dr Pille Sillaste slaide.

Milliseid vaevusi saab palliatiivraviga leevendada?

Palliatiivravi abil saab muu hulgas:

- ravida valu;
- leevendada õhupuudust;
- ravida iiveldust ja oksendamist;
- leevendada ärevust;
- leevendada segasusseisundit, rahutust ja krampe;
- leevendada janutunnet ja suukuivust;
- toetada põie- ja sooletalitlust;
- tagada hea suuhoolduse, nahahoolduse ja asendiravi;
- toetada inimest psühholoogiliselt, sotsiaalselt ja hingeliselt;
- toetada lähedasi.

Palliatiivravi hõlmab ka mitmesuguseid hooldustegevusi, näiteks asendi muutmist, hügieenitoiminguid ja heaolu tagamist.

Kes palliatiivravi osutavad?

Palliatiivravi toimub meeskonnatööna. Meeskonda võivad kuuluda arstid, õed, hooldajad, hingehoidjad, psühholoogid, sotsiaaltöötajad, toitmisravi spetsialistid, füsioterapeudid ja teised spetsialistid vastavalt inimese vajadustele.
Palliatiivravi hõlmab ka lähedaste nõustamist ja toetamist ning vajadusel leinatoetust.

Elulõpuravi

Elulõpuravi on palliatiivravi osa, mida rakendatakse inimese elu lõpus tema vaevuste leevendamiseks ja parima võimaliku elukvaliteedi tagamiseks, kui muud ravivõimalused on ammendunud.
Elulõpuravi eesmärk on tagada inimesele võimalikult väärikas ja rahulik elu lõpp, leevendada vaevusi ning toetada tema lähedasi.

Palliatiivravi ja elulõpu tahteavaldus

Elulõpu tahteavalduses saab inimene teha valikuid selle kohta, millisest ravist ta tulevikus loobuda soovib. Samal ajal on oluline mõista, et elu säilitavast ravist loobumine ei tähenda automaatselt palliatiivsest ravist loobumist.

Materjal on koostatud Tartu Ülikooli elulõpu tahteavalduse e-koolituse väljatöötamise projekti raames, kasutades dr Pille Sillaste slaide.

Palliatiivravi võib jätkuda ka siis, kui inimene on otsustanud, et ei soovi näiteks elustamist, intensiivravi, kunstlikku ventilatsiooni või mõnda muud elu säilitavat sekkumist.
Kui inimene on nõus saama palliatiivravi, ei jäeta teda valu, õhupuuduse, ärevuse ega muu kannatusega üksi. **Hea elulõpuravi tähendab aktiivset ravi – lihtsalt teise eesmärgiga.**

Opioidide kasutamine palliatiivravis

Opioide kasutatakse palliatiivravis eelkõige tugeva valu ning teatud juhtudel ka õhupuuduse leevendamiseks.
Kui opioid on näidustatud, õigesti valitud ja annustatakse vastavalt sümptomile, on ravi eesmärk kannatuse leevendamine. Opioide ei kasutata surma saabumise kiirendamiseks.

Kunstlik toitmine ja vedeliku manustamine elu lõpus

Raskes üldseisundis ja suremisprotsessi käigus muutub organismi vajadus toidu ja vedeliku järele. Söögiisu ja janutunde vähenemine võivad olla osa suremisprotsessist.
Kunstlik vedeliku manustamine ei pruugi alati parandada inimese enesetunnet ning võib teatud olukorras põhjustada täiendavaid probleeme, näiteks turseid või sekreedi suurenemist ja sellega kaasnevat õhupuudust.
Suu ja huulte niisutamine, hea suuhooldus ning väikeste vedeliku- ja toidukoguste pakkumine suu kaudu on aktiivne hooldus ning võivad inimese mugavuse seisukohalt olla väga olulised.

Mida saab palliatiivravi teha teadvusel otsusevõimetu inimese heaks?

Teadvusel otsusevõimetu inimene, näiteks dementsusega inimene, ei pruugi suuta oma vaevusi või aistinguid selgelt kirjeldada. See ei tähenda, et tal ei võiks olla valu, õhupuudust, ärevust või muid kannatusi.
Sellises olukorras hinnatakse vaevusi inimese käitumise ja kehaliste tunnuste järgi. Tähelepanu pööratakse näiteks:

- näoilmele, oigamisele või keha pingestumisele;
- hingamise ja käitumise muutustele;
- sellele, kas vaevus leeveneb pärast sobiva ravi või hooldusvõtte kasutamist;
- lähedaste tähelepanekutele inimese tavapäraste reaktsioonide ja käitumise kohta.
- Palliatiivravi saab ka otsusevõimetu inimese puhul:
- leevendada vaevusi ka siis, kui inimene ei saa neist ise rääkida;
- tagada igapäevase hoolduse, läheduse ja väärikuse hoidmise;

Materjal on koostatud Tartu Ülikooli elulõpu tahteavalduse e-koolituse väljatöötamise projekti raames, kasutades dr Pille Sillaste slaide.

- lähtuda raviplaanis inimese varem väljendatud soovidest;
- pakkuda lähedastele nõustamist ja tuge.

Mida saab palliatiivravi teha teadvusetu inimese heaks?

Teadvusetus ei välista kannatusi, kuid nende hindamine on keeruline. Teadvusetus ei tähenda automaatselt, et inimene ei tunne valu ega koge ebamugavust.

Teadvusetul inimesel võivad esineda valu, hingeldus, hingamisteedesse kogunevast sekreedist tingitud hingamisraskused, krambid ja muud vaevused.

Püsiva teadvushäirega inimese puhul ei ole alati võimalik kindlalt hinnata, kas ja milliseid subjektiivseid kannatusi ta kogeb. Samuti ei saa lubada, et kõiki vaevusi on võimalik täielikult leevendada.

Palliatiivravi saab sellises olukorras:

- leevendada valu ja teisi võimalikke vaevusi;
- toetada hingamist ja vähendada hingamisraskusi;
- tagada suuhoolduse, nahahoolduse ja asendiravi;
- vältida mittevajalikke ja ebamugavust põhjustavaid sekkumisi;
- lähtuda raviplaanis inimese varem väljendatud soovidest;
- toetada ja nõustada lähedasi.

Palliatiivravi ei saa taastada pöördumatult kahjustunud ajufunktsioone ega teadvust, kuid saab aidata säilitada inimese mugavust, väärikust ja hoolitsust ka olukorras, kus ta ise oma vajadusi väljendada ei saa.

Mida palliatiivravi ei saa teha?

Palliatiivravi ei saa:

- taastada pöördumatult kadunud teadvust;
- tagada inimese jaoks vastuvõetavat elukvaliteeti, kui selleks puudub meditsiiniline võimalus;
- määrata inimese eest tema isiklikke väärtushinnanguid;
- asendada inimese varem väljendatud tahet;
- muuta meditsiiniliselt põhjendamatut ravi põhjendatuks.

Pea meeles

- Palliatiivravi ei tähenda ravist ega hoolitsusest loobumist.
- Elu pikendavast ravist loobumine ei tähenda vaevusi leevendavast ravist loobumist.

Materjal on koostatud Tartu Ülikooli elulõpu tahteavalduse e-koolituse väljatöötamise projekti raames, kasutades dr Pille Sillaste slaide.

- Ravi eesmärk võib muutuda tervendamiselt või elu pikendamiselt kannatuste leevendamisele ja võimalikult hea elukvaliteedi säilitamisele.
- Inimest ei jäeta valu, õhupuuduse, ärevuse ega muu kannatusega üksi.
- Hea elulõpuravi on aktiivne ravi – lihtsalt teise eesmärgiga.

Materjal on koostatud Tartu Ülikooli elulõpu tahteavalduse e-koolituse väljatöötamise projekti raames, kasutades dr Pille Sillaste slaide.