



# Dự kiến điều gì vào những ngày cuối cùng

Nhiều cha mẹ muốn biết điều gì có thể xảy ra vào những ngày cuối cùng của con họ, nhưng đọc thông tin hay nói về chuyện này có thể là điều khó khăn. Một số khác không muốn biết hoặc quá sợ hãi không dám hỏi. Tờ dữ kiện này cung cấp cho cha mẹ thông tin chính xác về điều được dự kiến xảy ra để có thể giảm bớt những nỗi lo sợ thường gặp liên quan đến cái chết của trẻ.

## Chuẩn bị cho cái chết của con

### Chúng ta có thể dự kiến điều gì vào những ngày cuối cùng?

Đối với hầu hết cha mẹ, chăm sóc cho người con sắp chết sẽ là sự liên hệ gần gũi đầu tiên của họ với cái chết. Cha mẹ có khả năng biết rất ít về con họ sẽ chết thế nào và làm cách nào để đối phó tốt nhất với giai đoạn khó khăn và căng thẳng này.

Căn bệnh của con quý vị càng nặng, thì cái chết đến gần sẽ trở nên rõ ràng. Căn bệnh cụ thể và ảnh hưởng của nó đối với cơ thể sẽ quyết định các triệu chứng mà con có thể gặp phải. Thông tin sau đây được cung cấp nhằm giúp hiểu những thay đổi có thể xảy ra khi những giờ phút cuối cùng đến gần. Vì mỗi người mỗi khác, thông tin chỉ là sự hướng dẫn. Con quý vị có khả năng chỉ bị một hoặc hai những thay đổi này. Toán chăm sóc chăm sóc con quý vị có thể cho quý vị những chi tiết cụ thể về những thay đổi có khả năng xảy ra.

Nếu chăm sóc cho con quý vị ở nhà, hãy nói chuyện với toán chăm sóc về người quý vị nên gọi nếu có bất cứ thắc mắc nào, trong giờ làm việc và sau giờ làm việc. Một số bệnh viện, cơ quan chăm sóc cận tử và các dịch vụ điều dưỡng cộng đồng có sự hỗ trợ 24 giờ cho bệnh nhân của họ nhưng tốt nhất là nên nói chuyện với toán chăm sóc của quý vị.

## Thời gian ngủ tăng

Trong khi một số trẻ tiếp tục có phản ứng, đối với nhiều trẻ khác thời gian ngủ nhiều hơn là thời gian thức. Nguyên nhân thời gian ngủ tăng lên là hỗn hợp các yếu tố. Căn bệnh nặng dần có thể ảnh hưởng các cơ quan nội tạng hệ trọng và sẽ làm cho trẻ buồn ngủ thêm. Thuốc men để giảm đau cũng có thể góp phần làm thời gian ngủ tăng. Mặc dù không còn thức nhiều, những người ở giai đoạn này vẫn có thể nghe và có cảm nhận khi được sờ. Quý vị có thể bật bản nhạc ưa thích nhất của con và cho những giọng nói quen thuộc nói chuyện với con.

## Bồn chồn và lo âu

Một số trẻ trở nên bối rối và lo âu vào những ngày cuối của cuộc đời, làm cho họ thức giấc và trở nên bất ổn. Điều này không bất thường và có thể bị gây nên bởi trạng thái lo lắng và sợ hãi, đau gia tăng, buồn nôn, mức độ ô-xy giảm hoặc thay đổi trong sự hoạt động của cơ thể họ.

Đối với trẻ không nói được ở giai đoạn này, thể hiện hành vi bất ổn có thể là cách duy nhất để truyền đạt là chúng đang thấy khó chịu. Điều quan trọng là nên kiểm tra là không có lý do hiển nhiên nào cho sự khổ sở của trẻ. Các ví dụ có thể bao gồm đái dầm, cơ thể bị sốt hay lạnh hoặc tư thế nằm làm em khó chịu. Hãy nói chuyện một cách dịu dàng và trấn an em là quý vị đang ở đó sẽ giúp giảm được trạng thái lo lắng. Các biện pháp đơn giản như nắm tay và vuốt ve mặt có thể giúp cho em cảm thấy an toàn và được bao bọc.

Mở nhạc hoặc vi-đê-o, hoặc cùng nhau chia sẻ những câu chuyện hay lời cầu nguyện cũng có thể làm em thấy dễ chịu.

Nếu con quý vị vẫn bất ổn và khổ sở, điều quan trọng là hãy gọi điện thoại để được lời khuyên, ngay cả lúc nửa đêm. Sự khổ sở có thể là cơn đau tăng và thuốc giảm đau có thể cần được điều chỉnh. Có thể chỉ cần thế thôi. Nếu sự bồn chồn là do các nguyên nhân khác thì có thể không sửa được những điều này và thay vì vậy thì sẽ cần chú trọng vào việc đảm bảo trẻ thấy dễ chịu. Có thể đạt được điều này bằng cách cho em các loại thuốc khác. Nếu không thể cho em thuốc bằng đường miệng, thì thuốc có thể được cho qua đường ruột hoặc dưới da bằng một thiết bị bơm tiêm. Các thuốc này sẽ giảm được sự lo âu nhưng cũng có thể làm buồn ngủ, nên khó cho trẻ nói được với quý vị. Có khả năng là họ vẫn nghe được quý vị và nghe những tiếng nói quen thuộc và biết là gia đình em đang ở đó sẽ cho em cảm giác được an ủi và thấy yên tâm rất nhiều.

### Mất kiểm soát bàng quang và đại tràng

Đôi lúc, vì cơ bắp của bàng quang và đại tràng yếu hoặc mềm, trẻ em có thể mất đi ý thức cần đi vệ sinh. Nếu điều này xảy ra, có các lựa chọn để đảm bảo giữ phẩm giá của trẻ và em được khô ráo và dễ chịu. Cha mẹ có thể chọn dùng tã, tã lót dành cho người mất kiểm soát dùng một lần hoặc các tấm trải giường dùng một lần. Trong một số trường hợp có thể cân nhắc việc đặt một ống thông đường tiểu vào bàng quang để hút nước tiểu ra.

### Tiếng thở ồn ào/lạch cạch

Trẻ càng buồn ngủ hơn thì trạng thái tỉnh táo hoặc mức độ nhận thức của trẻ sẽ giảm đi. Vì vậy việc lấy chất bài tiết trong miệng ra có thể sẽ khó khăn hơn. Điều này có thể làm cho tiếng thở bị ồn ào hoặc 'lạch cạch'. Tiếng thở ồn ào này sẽ không làm cho con đau đớn, nhưng có thể làm cho gia đình cảm thấy đau khổ. Có khi đặt cho con nằm nghiêng sẽ giảm được âm thanh này và mở nhạc nền cũng có thể giảm được sự nhận biết tiếng thở này. Ngoài ra, có thể cho thuốc qua một thiết bị bơm tiêm để giúp vấn đề này. Nếu các phương pháp này không giúp được, có thể dùng máy hút lưu động để nhẹ nhàng hút nước bọt dư thừa từ miệng của con. Nếu cần thiết bị đặc biệt, toán chăm sóc sẽ giúp quý vị học cách sử dụng.

### Các thay đổi về hô hấp và thở

Với tình trạng bệnh của trẻ càng nặng, sự tuần hoàn máu tới bàn tay và chân thường kém đi làm cho tay chân họ thấy mát khi sờ, trông tái, hơi xanh, hoặc có vằn. Mang đôi tất chấu ưa thích nhất và dùng tấm đắp hoặc mền đắp tay chân của em có thể giúp được. Có thể quý vị cũng muốn vuốt ve mặt chấu, vì các cảm giác ở hai bàn tay giảm đi vì sự tuần hoàn máu bị sa sút.

Sự thay đổi về nhịp và độ sâu của hơi thở cũng có thể xảy ra. Đôi lúc có thể con quý vị dường như ngưng thở và sau đó bắt đầu thở lại. Tình trạng này gọi là "nhịp thở Cheyne-Stokes" và có thể kéo dài vài tiếng đồng hồ hoặc lâu hơn cho đến khi qua đời. Kiểu thở này không làm cho con quý vị khổ sở, nhưng có thể rất đau khổ cho quý vị và gia đình khi nhìn cảnh này.

Nếu con quý vị có chứng thở không bình thường thì thường khó biết khi nào con đã trút hơi thở cuối cùng. Cha mẹ thường nhận biết được khi con họ đã qua đời. Vai trò quan trọng nhất cho cha mẹ ở lúc này là ở bên cạnh con bao lâu tùy ở họ.

### Sau khi con quý vị đã qua đời

Khi một người chết đi thì cơ thể của họ sẽ thay đổi trong vài giờ đồng hồ. Dần dần sẽ thấy lạnh khi sờ vào con quý vị. Màu da cũng sẽ thay đổi và nhìn có thể giống như bị thâm tím. Thi hài cũng sẽ trở nên cứng. Những thay đổi này sẽ rõ rệt hơn cùng với thời gian.

Vào lúc chết, một số cơ bắp trong cơ thể cũng sẽ mềm đi và có thể có sự tiết ra từ bàng quang hay đại tràng. Chất lỏng cũng có thể tiết ra từ miệng và mũi. Điều này có thể xảy ra khi quý vị di chuyển con để tắm rửa hoặc thay quần áo. Biết được những điều này có thể giúp quý vị chuẩn bị tinh thần khi cho con mặc những bộ quần áo đặc biệt.

Quý vị vẫn có thể sờ con và không cần vội vã làm bất cứ việc gì. Đôi khi, tín ngưỡng tôn giáo, văn hóa hay tâm linh của một người sẽ ảnh hưởng cách họ muốn dùng thời gian này. Đây là thời gian riêng để quý vị được ở bên con và nói lời tạm biệt.

**Nguồn:** Chính phủ Queensland 2002, *Chăm sóc giảm nhẹ cho trẻ em bị bệnh ung thư - Tài liệu hướng dẫn dành cho Cha mẹ*, Bệnh viện Nhi Đồng Brisbane.