



# PARANTUMATONTA SYÖPÄSAIRAUTTA SAIRASTAVAN OPAS YHTEYSTIETOINEEN

Tämä opas on koottu yhteistyönä: Heli Tilaeus ja palliatiivisen työryhmän jäsenet 2016

[www.esshp.fi](http://www.esshp.fi)



## Etelä-Savon sairaanhoitopiiriin ky

Porrassalmenkatu 35-37

50100 Mikkeli

Vaihde 015 3511

Faksi 015 351 2505

Sähköpostit etunimi.sukunimi@esshp.fi

Y-tunnus 0825508-3

---

Teillä on todettu syöpäsairaus, jota ei voida parantaa, mutta jonka oireita voidaan lievittää. Syövän oireenmukaisessa hoidossa sekä loppuvaiheen syövän hoidossa tärkeää on elämänlaadun ylläpitäminen ja kipujen hoitaminen. Tämä vaihe elämässä voi olla lyhyt, mutta voi myös kestää useitakin vuosia. Tähän yhteystieto-oppaaseen on koottu lyhyesti tietoa siitä, minkälaista apua on mahdollista saada ja mitä kautta sitä saa. Opas on osittain täytettävä. Voitte täyttää opasta itse tai yhdessä hoitohenkilökunnan kanssa.

Oireenmukainen hoito on aktiivista kokonaisvaltaista hoitoa siinä vaiheessa kun etenevää sairautta ei enää voida parantaa. Kyse on siis oireenmukaisesta hoidosta, jonka päämääränä on teidän ja läheistenne mahdollisimman hyvä elämänlaatu.

Oireenmukaisen hoidon loppuvaiheessa keskitytään kärsimysten lievittämiseen ja läheisten tukemiseen (saattohoitovaihe).

# SISÄLTÖ

1. Hoidon rajaukset
  - 1.1. Hoitotahto
  - 1.2. Palliatiivinen hoitopäätös
  - 1.3. Saattohoitopäätös
2. Päiviin lisää laatua
  - 2.1. Fyysiset oireet
  - 2.2. Ravitsemus
  - 2.3. Nesteen kertyminen
  - 2.4. Liikunta / liikkuminen
  - 2.5. Kipu
  - 2.6. Sekavuus
  - 2.7. Seksuaalisuus
  - 2.8. Tunteet
  - 2.9. Perheen ja läheisten tuki
  - 2.10. Sielunhoito
  - 2.11. Sosiaalietyudet
3. Yhteyspaikka on aina olemassa
  - 3.1. Syöpäsairaanhoitaja
  - 3.2. Kotihoito
  - 3.3. Kotihoidon tukipalvelut

3.4. Kotisaattohoito

3.5. Suomen syöpäyhdistys

3.6. Saimaan syöpäyhdistys

3.7. Vertaistuki / tukihenkilötoiminta

## 1. HOIDON RAJAUKSET

Kun todetaan, että sairauttanne ei voida enää parantaa, teidän tulee saada riittävästi tietoa, jotta voitte ottaa yhdessä läheistenne kanssa kantaa hoitoon ja sen mahdollisiin rajauksiin.

### HOITOTAHTO

Hoitotahto on teidän tahdonilmaisu tulevasta hoidostanne. Hoitotahdolla voi ilmaista erityistoiveita hoidon suhteen tai kieltäytyä hoitotoimenpiteistä. Toiveet voivat koskea muitakin hoitoon liittyviä asioita kuin lääketieteellisiä tai sairaanhoidollisia kysymyksiä. Hoitotahdon voitte tehdä milloin tahansa ja se on voimassa vain silloin, kun ette itse pysty tekemään omaa hoitoanne koskevia päätöksiä. Voitte milloin tahansa kumota hoitotahtonne tai muuttaa sen sisältöä.

Hoitotahto tehdään yleensä kirjallisesti, jolloin siinä on tekijän omakätinen allekirjoitus ja päiväys. Suosituksena on, että pyydätte hoitotahtoonne kahden perheeseen tai lähisukuun kuulumattoman allekirjoituksen. Voitte myös tehdä hoitotahdon teitä hoitavan lääkärin tai hoitohenkilökunnan kanssa. Hoitotahto voidaan tallentaa sairauskertomukseenne tai olisi kuitenkin hyvä olla teitä hoitavan henkilökunnan tiedossa.

### OLETTEKO JO TEHNEET HOITOTAHDON?

PÄIVÄMÄÄRÄ:

### PALLIATIIVINEN HOITOPÄÄTÖS

Lääkäri tekee yhdessä teidän kanssanne palliatiivisen hoidon päätöksen, kun parantavan hoidon mahdollisuuksia ei enää ole. Tällöin käydään palliatiivisen hoidon keskustelu, jossa asetetaan hoidolle tavoitteet ja kartoitetaan toiveenne hoitojen järjestelyjen ja rajoitusten suhteen. Potilaskertomukseen kirjataan hoitolinjaukset ja palliatiivinen hoitosuunnitelma. Palliatiivisen hoidon suunnitelma pitäisi tehdä viimeistään, kun vointinne heikkenee sairauden etenemisen takia.

### SAATTOHOITOPÄÄTÖS

Kun sairautenne tilanne etenee vaiheeseen, jossa tunnustetaan saattohoidon tarve, lääkäri tekee yhdessä kanssanne saattohoitopäätöksen. Tällöin käydään yhdessä teidän ja läheistenne sekä hoitoon osallistuvien kanssa saattohoitokeskustelu ja tehdään saattohoitosuunnitelma, joka sisältää ennakoivan suunnitelman 24/7 oirelievityksestä sekä tukiosastosta.

### PALLIATIIVINEN HOIDON PÄÄTÖS

PÄIVÄMÄÄRÄ:

### SAATTOHOITOPÄÄTÖS

PÄIVÄMÄÄRÄ:

## 2. PÄIVIIN LISÄÄ LAATUA

### FYSISET OIREET

Usein pitkälle edennyt syöpä aiheuttaa monenlaisia fyysisiä oireita. Hankalimpina fyysisinä oireina potilaat ovat kokeneet ruokahaluttomuuden, pahoinvoinnin, suun limakalvojen kuivumisen, hengenahdistuksen, ripulin ja ummetuksen. Ottakaa rohkeasti omat fyysiset oireenne puheeksi hoitavan lääkärinne tai hoitohenkilökunnan kanssa, sillä ongelmiinne on olemassa hoitokeinoja ja ratkaisuja.

### RAVITSEMUS

Riittävästä ravitsemuksesta huolehtiminen on tärkeää koko sairauden ajan, sillä laihtuminen ja vajaaravitsemustila ovat yleisiä syöpäpotilaiden ongelmia. Laihtuminen ja vajaaravitsemustila ovat seurausta usein hoidon sivuvaikutuksista, itse syöpäsairaudesta esim. kasvaimen ominaisuudesta sekä psyykkisistä tekijöistä kuten mielialasta ja sairauden aiheuttamasta huolesta.

Palliativiseen hoitoon siirryttäessä on tärkeintä huolehtia riittävästä energiansaannistanne. Ravitsemuksenne apuna voidaan käyttää myös täydennysravintovalmisteita, joista on olemassa monenlaisia vaihtoehtoja niin valmisteissa kuin niiden käytössäkin. Täydennysravintovalmisteita voitte ostaa apteekista ilman reseptiä.

Kertokaa ravitsemukseenne liittyvistä ongelmista lääkärillenne ja hoitohenkilökunnalle. Tarvittaessa teidät voidaan ohjata myös ravitsemusterapeutille.

### NESTEEN KERTYMINEN

Teille voi sairastumisen aikana kertyä nestettä mm. vatsaonteloon, keuhkopussiin tai raajoihin. Nesteen kertyminen voi aiheuttaa erilaisia oireita esimerkiksi hengenahdistusta, painontunnetta, pahoinvointia ja kipuja. Mikäli oireet ovat vaikeita, nopein lievitys saadaan punktoimalla neste. Mikäli teille tulee nesteenkertymisestä aiheutuvia hankalia oireita, keskustelkaa niistä hoitohenkilökunnan kanssa avun järjestämiseksi.

### LIIKUNTA / LIKKUMINEN

Liikkuminen omien voimavarojen mukaan on suotavaa ja voi parantaa elämänlaatua. Muistakaa kuitenkin suoda itsellenne myös riittävästi lepoa. Teillä on tarvittaessa mahdollisuus saada käyttöönnne apuvälineitä liikkumisen tueksi. Apuvälineistä saatte lisätietoa teitä hoitavalta henkilökunnalta tai omasta terveyskeskuksestanne.

### KIPU

Syövän hoitoon ja hoidosta toipumiseen sekä myös sairauden loppuvaiheeseen voi liittyä kipuja. Toisaalta noin neljännes syöpäpotilaista ei kärsi kivusta missään

vaiheessa sairauden aikana. Kivun lievittämiseen on olemassa monenlaisia eri keinoja ja hoidon tavoitteena on mahdollisimman hyvä kivunlievitys ja sitä kautta elämänlaadun parantaminen ja toimintakyvyn säilyttäminen. Kivunhoito suunnitellaan aina yksilöllisesti. Kerrottehan kiputuntemuksistanne, niin pyrimme löytämään teille sopivan kivunhoitomenetelmän. Kipu muuttuu sairauden edetessä, joten on tärkeää, että ilmoitatte kipujen muutoksista myös hoitavalle lääkäriellenne tai hoitohenkilökunnalle. Kipulääkityksenne ollessa riittämätön ottakaa yhteyttä omaan hoitavaan yksikköönne.

Syöpäkipujen hoidon tueksi on avattu Syöpäjärjestöjen ylläpitämä valtakunnallinen Syöpäkipulinja. Syöpäkipulinja palvelee potilaita, heidän läheisiään ja terveydenhuoltohenkilöstöä. Kokeneet syöpäkipun hoidon asiantuntijat vastaavat kivunhoidon kysymyksiin ja tarvittaessa voivat ottaa yhteyden teitä hoitavaan tahoon ja yhteistyössä hakea ratkaisua kipuongelmaanne. Huomioittehan soittaessa, että asiantuntijoilla ei ole käytössä teidän sairauskertomuksianne.

**Syöpäkipulinja puhelin 050 369 6707  
ma-ke-pe klo 13 - 14:30**

## SEKAUUUS

Sekavuus on varsinkin saattohoitovaiheessa yleinen oire. Sen yleisimpiä syitä ovat lääkkeet, hapenpuute, aineenvaihdunnan häiriöt, keskushermoston sairaus ja infektiot. On tärkeää, että läheisenne ovat tietoisia teillä

mahdollisesti ilmenevästä sekavuudesta. Tällöin rauhoittuminen, levottomuuden vähentäminen ja kommunikaatiokykyjen palauttaminen ovat tärkeitä. Tuttu ympäristö ja läheisten ja hoitohenkilökunnan asiallinen käytös rauhoittavat teitä.

## SEKSUAALISUUS

Seksuaalisuus kuuluu ihmisyyteen elämän alkamisesta sen loppuun asti ja on yksi ihmisen perustarpeista. Sairautenne ja sen hoito saattaa vaikuttaa myös seksuaalisuuteen. Seksuaalisuus koostuu kaikista mielihyvää aikaansaavista asioista, myös sellaisista joihin ei liity seksiä tai erotiikkaa. Parhaimmillaan seksuaalisuus antaa teille voimia ja iloa elämään, niin että on hyvä olla yksilönä, parisuhteessa ja muissa sosiaalisissa suhteissa. Fyysinen läheisyys ja ihokosketus on hyvä keino osoittaa tunteita, antaa ja saada lohdutusta ja voimavaroja.

Mikäli teillä on ongelmia tai kysymyksiä seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa, ottakaa ne puheeksi teitä hoitavan hoitohenkilökunnan kanssa.

## TUNTEET

Syöpäsairaus ja sairauden eteneminen voivat aiheuttaa teille kriisin, joka voi ilmetä erilaisina tunnereaktioina. Osa oireista on väliaikaisia kriisireaktioita, osa tautiin liittyviä elimellisiä muutoksia ja osa pitkäaikaisempaa psyykkistä kärsimystä aiheuttavia oireita. Psyykkiset oireet voivat liittyä tapaanne kohdata muutoksia

elämässänne. Jokainen kohtaa kriisin ja käsittelee tunteitaan omalla yksilöllisellä tavallaan ja aikataulullaan. Jotkut purkavat tunteitaan toimintaan, toiset selviävät puhumalla ja jotkut miettivät asioita mieluummin itsekseen. Tärkeää on, että annatte aikaa itsellenne; koette tunteita ja käsittelette niitä. Joskus tunteiden tunnistamiseen ja sairauteen sopeutumiseen tarvitaan apua. Kertokaa tunteistanne ja ajatuksistanne läheisillenne, teitä hoitavalle hoitohenkilökunnalle tai Syöpäyhdistyksen sairaanhoitajalle. Voitte yhdessä heidän kanssaan myös miettiä, mikä olisi teille paras tapa käydä läpi tunteitanne ja mieltä askarruttavia asioita. Tarvittaessa voitte myös saada apua kuntien järjestämistä mielenterveyspalveluista.

## PERHEEN JA LÄHEISTEN TUKI

Hoitoonne kuuluu myös perheenne huomioonottaminen ja heidän avun saannin turvaaminen. Läheisten ihmisten olemassaolo luo turvallisuuden ja läheisyyden sekä merkityksellisyyden tunnetta sairauden keskelle. Pitkälle edennyt syöpäsairaus aiheuttaa monenlaisia tunteita myös läheisissänne. Usein perheenjäsenten sekä läheisten roolit uudessa elämäntilanteessa muuttuvat. Uusien roolien omaksuminen vie aikaa ja muuttaa perheenne ja läheistenne elämää. Se, millä tavoin läheisenne kokevat tilanteen ja reagoivat siihen riippuu monesta seikasta. Olemme ihmisinä erilaisia, ja tapamme suhtautua asioihin vaihtelevat. Jokaisella on samanlainen oikeus suruun ja tunteisiin ja niiden läpikäymiseen, sekä yhdessä toisten

kanssa että yksin. Keskustelkaa avoimesti läheistenne kanssa vaikeista asioista, silloin teillä on paremmat mahdollisuudet tukea toisianne. Teillä on myös mahdollisuus saada apua keskustelun avaamiseksi läheistenne kanssa. Hoitavan lääkärin ja muun henkilökunnan tehtäviin kuuluu vastata kysymyksiinne, neuvoa ja tukea. Erityisesti perheen alaikäiset lapset tulisi huomioida silloin kun vanhemmalla todetaan parantumaton syöpäsairaus. Kysykää neuvoa lasten huomioimisesta syöpäsairaanhoitajalta tai sosiaalityöntekijältä.

## SELUNHOITO

Teitä saattaa mietittyttää olemassaolon kysymykset sekä muut hengelliset ja henkiset asiat, joissa sielunhoito voisi auttaa. Sielunhoidon tavoitteena on auttava ja toimiva vuorovaikutus. Sielunhoitotapaamisissa on mahdollista esimerkiksi tutkia elämän tarkoitusta, muistella elettyä elämää, esittää hengellisiä kysymyksiä tai järjestää rukoushetki. Sairaalasielunhoitaja on teitä ja omaisianne varten. Hän toimii Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kutsumana, lähettämänä ja tukemana. Etelä-Savon sairaanhoitopiirissä työskentelee kaksi Mikkelin Tuomikirkkoseurakunnan sairaalateologia, jotka tarjoavat sielunhoitoa kaikille potilaille vakaumuksesta riippumatta. Teillä on myös oikeus ja mahdollisuus saada oman kirkkokuntanne työntekijöiden apua sitä halutessanne. Hoitohenkilökunta ja sairaalateologit voivat tarvittaessa toimia yhdyshenkilöinä. Yhteyden sairaalateologeihin saa maanantaista



perjantaihin virka-aikaan.

**Mikkelin Tuomikirkkoseurankunnan  
sairaalateologiien yhteystiedot: puhelin  
044 351 2495 tai 044 351 4169**

## SOSIAALIETUUDET

Jokaisella Suomen kansalaisella on perustuslain mukaan oikeus sosiaaliturvaan sairauden aikana. Tämän lisäksi perustuslaki velvoittaa valtiota ja kuntia turvaamaan jokaiselle oikeuden riittäviin sosiaali- ja terveystalveluihin. Yksilön tarpeista on huolehdittava siten, että oikeus ihmisarvoiseen elämään toteutuu.

Sairaaloissa ja kunnissa on sosiaalityöntekijöitä, joiden kanssa voitte keskustella sosiaaliturvaan, sairauteen, kotiutumiseen ja elämäntilanteeseen liittyvistä asioista. Tietoa sosiaalietuksista saatte myös sähköisestä Järjestöjen sosiaaliturvaoppaasta, [www.sosiaaliturvaopas.fi](http://www.sosiaaliturvaopas.fi) ja Suomen Syöpäpotilaat ry:n julkaisemasta Syöpäpotilaan sosiaalioppaasta, joka löytyy sähköpostiosoitteesta: [www.syopapotilaat.fi/potilasopaat](http://www.syopapotilaat.fi/potilasopaat).

Suomen Syöpäyhdistyksen etuusneuvontapuhelimesta on myös mahdollisuus saada tietoa syöpäpotilaan taloudelliseen asemaan vaikuttavista tekijöistä esimerkiksi sairausvakuutusetuksista, toimeentulosta, omaishoidontuesta, eläketurvasta, sosiaali- ja vammaispalveluista sekä potilaan oikeuksiin liittyvistä kysymyksistä. Puhelimeen vastaavat näihin asioihin perehtyneet asiantuntijat, jotka ohjaavat teidät tarvittaessa eteenpäin.

Neuvontapuhelimen tarkoituksena on antaa neuvontaa yleisellä tasolla.

Suomen syöpäyhdistyksen maksuton **etusneuvontapalvelu** palvelee: **keskiviikkoisin klo 15 - 17 numerossa 0800 411303**

**Sairaalan sosiaalityöntekijän yhteystiedot:**

## 3. YHTEYSPAikka ON AINA OLEMASSA

Oireenmukainen syövän hoito toteutetaan perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteistyönä. Kun hoitonne ei vaadi erikoissairaanhoidoa, hoitovastuu siirtyy perusterveydenhuoltoon. Hoitovastuu pysyy kuitenkin erikoissairaanhoidossa niin kauan kunnes teihin on otettu yhteyttä perusterveydenhuollosta. Perusterveydenhuollosta on aina edelleen mahdollisuus konsultoida erikoissairaanhoidoa hoitoanne koskevissa asioissa. Saattohoitovaiheessa kotona ollessanne teille ja läheisillenne annetaan yhteystiedot tukiosastolle, jonne yhteyttä voi ottaa mihin vuorokauden aikaan tahansa.

**YHTEYS ERIKOISSAIRAANHOITON:**

**YHTEYS  
PERUSTERVEYDENHUOLTOON:**

## SYÖPÄSAIRAAHOITAJA

Etelä-Savon sairaanhoitopiirissä toimii syöpäsairaanhoitaja, joka tukee syöpään sairastunutta ja hänen läheisiään selviytymään sairauden tuomasta muutoksesta ja elämänhaasteista. Syöpäsairaanhoitaja voi esimerkiksi auttaa teitä palliatiivisen ja saattohoitovaiheen hoidon järjestelyissä ja toimia yhteyshenkilönä erikoissairaanhoidon ja perusterveydenhuollon välillä. Syöpäsairaanhoitajaan voitte ottaa yhteyttä itse tai pyytää läheisiänne ottamaan yhteyttä puolestanne.

**Syöpäsairaanhoitaja Tytti Tiusanen,  
puhelin 044 351 6378**

## KOTIHOITO

Tässä oppaassa käytetään kotipalvelun ja kotisairaalan yhteisnimenä kotihoitoa. Kotihoito tukee ympärivuorokautisesti omassa kodissa asumista neuvonnan, ohjauksen, hoidon sekä kuntoutuksen avulla. Tavoitteena on tukea kotona selviytymistä ja kannustaa omien voimavarojen käyttöön. Kotihoidossa voidaan hoitaa hyvin huonokuntoisiakin potilaita kun heillä on valmis potilaskohtainen suunnitelma siitä, mitä erilaisissa tilanteissa tehdään. Teillä tulee olla myös aina mahdollisuus siirtyä sairaalahoitoon, jos kotihoito käy liian raskaaksi tai vaikeaksi. Kotisairaala antaa tehostettua sairaanhoitoa kotona asuville. Kotisairaala otetaan asteittain käyttöön kaikissa Etelä-Savon sairaanhoitopiirin alueen kunnissa. Niissä kunnissa, joissa ei

vielä kotisairaaloimintaa ole, on toimiva kotisairaanhoito.

Teille voidaan järjestää kotihoidon palvelut oman terveyskeskuksenne tai erikoissairaanhoidon kautta. Voitte saada palveluja myös ottamalla itse yhteyttä oman alueenne asioita hoitavalle taholle. Kunnasta riippuen tämä taho voi olla kotihoidon esimies, kotihoidon ohjaaja, Etelä-Savon Ensineuvo tai jokin muu vastaava. Ongelmatilanteissa te tai läheisenne voitte soittaa mihin vuorokaudenaikaan tahansa sovitettuun puhelinnumeroon. Kotihoidossa on tärkeää jo ennakkoon keskustella sairauden etenemisestä ja voinnissa tapahtuvista muutoksista, että voitte varautua niihin jo ennakkoon.

## OMAN ALUEEN KOTIPALVELUN / KOTISAIRAALAN YHTEYSTIEDOT:

## KOTIHOIDON TUKIPALVELUT

Kotihoidon tukipalvelut täydentävät tai korvaavat kotihoitohenkilöstön antamaa apua ja niillä pyritään turvaamaan kotona asuminen. Tukipalveluista peritään sosiaali- ja terveyslautakunnan vahvistamat maksut. Kotihoidon tukipalveluista lisätietoa saatte oman alueenne kotihoidosta vastaavalta taholta. Alla on kerrottu esimerkkejä kotihoidon tukipalveluista:

**Ateriapalveluita** pyritään järjestämään kotihoidon tukemiseksi kaikille tarvitseville. Ateriapalvelua on mahdollisuus saada lyhyeksikin aikaa ja myös esimerkiksi joka

toinen päivä. Myös yksityisillä yrityksillä on tarjolla ateriapalvelua.

Sosiaalihuoltolain mukaista kuljetuspalvelua myönnetään kotona asumisen tueksi harkinnanvaraisin sosiaalisin perustein. Kuljetuspalvelussa peritään yhdensuuntaiselta matkalta vastaavan linja-autotaksan mukainen omavastuuosuus.

**Turvapalveluilla** pyritään tukemaan toimintakyvyltään rajoittuneen asiakkaan kotona selviytymistä ja turvaamaan hänen avunsaantinsa mahdollisissa apua vaativissa tilanteissa. Esimerkiksi turvapuhelimen rannekepainikkeella voi hälyttää apua ympäri vuorokauden.

**Apuväline** on väline, laite tai muu ratkaisu, joka edistää, tukee tai ylläpitää toimintakykyä ja osallistumista silloin, kun se on vamman, sairauden tai ikääntymisen vuoksi heikentynyt. Apuvälinepalveluun kuuluu apuvälinetarpeen arviointi, apuvälineen sovitus ja hankinta, mahdolliset muutostyöt, käytön opetus ja seuranta sekä huolto ja korjaus. Tällaisia apuvälineitä ovat muun muassa liikkumisen apuvälineet kuten rollaattori tai sairaalasänkykin. Joskus kotona pärjääminen voi myös edellyttää asunnonmuutostöitäkin.

## **KOTIHOIDON TUKIPALVELUIDEN PUHELINNUMEROITA:**

## **KOTISAATTOHOITO**

Sairautenne loppuvaiheessa teille tehdään saattohoitopäätös. Tässä vaiheessa teidän ja läheistenne kanssa keskustellaan kuolemaan liittyvistä asioista ja suunnitellaan elämänne loppuvaiheen hoito. Yksi vaihtoehtoista on kotisaattohoito, jolloin teidän ja läheistenne apuna toimii kotihoito. Lisäksi sovitaan tukiosastosta, jonne teillä ja läheisillänne on mahdollisuus ottaa yhteyttä ympäri vuorokauden ja jonne teillä on mahdollisuus siirtyä halutessanne milloin tahansa.

## **TUKIOSASTON PUHELINNUMERO:**

## **OHJEITA LÄHEISILLENNE KOTIKUOLEMAN JÄLKEEN:**

Seuraavaan on koottu ohjeita läheisillemme, miten toimia kotikuoleman jälkeen. Tämä ohje koskee vain niitä potilaita, joille on tehty saattohoitopäätös.

- Teidän kannattaa olla yhteydessä hautaus toimistoon jo ennalta. Te voitte kertoa tilanteestanne ja he voivat kertoa, mitä heidän toimenkuvaansa kuuluu.
- Kuoleman tapahduttua ei ole kiire. Jos omaisenne kuolee yöaikaan, niin hän voi olla kotona seuraavaan aamuun saakka. Ambulanssia ja poliisia ei tarvitse kutsua.

- Teille on annettu puhelinnumero, johon soitatte kuoleman tapahduttua. Tavallisimmin puhelinnumero on tukiosaston puhelinnumero. Numerosta neuvotaan ja kerrataan ohjeet, miten toimitte vainajan kuljettamisen ja kuoleman toteamisen suhteen.
- Hautaustoimisto siirtää vainajan kotoa pois, joten teidän tulee ottaa yhteyttä hautaustoimistoon. Vainaja kuljetetaan joko keskussairaalan tai terveysaseman vainajien säilytystilaan, jossa lääkäri toteaa kuoleman viimeistään seuraavana arkipäivänä.
- Kuolintodistuksen tekee hoitavan yksikön lääkäri.
- Teillä on mahdollisuus keskustella hoitavan lääkärin ja hoitohenkilöstön kanssa tunteistanne ja tapahtumista. Kotisairaalan henkilökunta on kuoleman jälkeen teihin yhteydessä ja tarjoaa tätä mahdollisuutta. Lisäksi heiltä saatte tietoa myös sururyhmistä, joiden puoleen voitte halutessanne kääntyä.

## SUOMEN SYÖPÄYHDISTYS

Suomen Syöpäyhdistys ry ylläpitää syöpäjärjestöjen neuvontapalvelua, joka koostuu puhelin-, sähköposti- ja verkkoneuvonnasta. Neuvontapalvelun hoitajat ovat syöpään erikoistuneita terveyden- tai sairaanhoitajia ja palvelu on teille maksuton. Neuvontapalvelu ei korvaa lääkärin tai muun terveydenhuollon ammattihenkilön antamaa neuvontaa, tutkimusta tai hoitoa. Huomioithan myös, ettei neuvontapalvelun hoitajilla ole käytössään aiempia terveystietojanne ja heidän antamansa vastaukset perustuvat kertomiiinne terveystietoihin.

### Valtakunnallinen neuvontapalvelu

#### Syöpäyhteys:

**Puhelin 0800 19414**

maanantai ja torstai klo 10 -18 ja tiistai, keskiviikko ja perjantai klo 10 - 15  
Sähköposti: [neuvonta@cancer.fi](mailto:neuvonta@cancer.fi)  
Online chat: [www.neuvontahoitajat.fi](http://www.neuvontahoitajat.fi)

## SAIMAAN SYÖPÄYHDISTYS

Etelä-Savossa toimii Saimaan syöpäyhdistys, jonka kotipaikka on Lappeenranta. Mikkelin ja Pieksämäen toimipisteissä työskentelee sairaanhoitaja, joka voi tarjota teille ja läheisillenne keskustelu- ja neuvonta-apua sairauden eri vaiheissa. Toiminta on luottamuksellista ja maksutonta. Teillä on myös mahdollisuus osallistua Syöpäyhdistyksen järjestämiin erilaisiin ryhmätapahtumiin ja -tapaamisiin.

Saimaan Syöpäyhdistys Mikkelin  
neuvontapalvelun sairaanhoitaja  
**Päivikki Ruotsalainen, puhelin: 040 767  
4048**

Osoite: Porrassalmenkatu 13 B 21, 50100  
Mikkeli  
Sähköposti: [mikkeli@sasy.fi](mailto:mikkeli@sasy.fi) tai  
[paivikki.ruotsalainen@sasy.fi](mailto:paivikki.ruotsalainen@sasy.fi)

Saimaan Syöpäyhdistys Pieksämäen  
neuvontapalvelun sairaanhoitaja  
**Jaana Jormakka, puhelin: 040 767 4043**  
Osoite: Lampolahdenkatu 6, 76100  
Pieksämäki  
Sähköposti: [pieksamaki@sasy.fi](mailto:pieksamaki@sasy.fi) tai  
[jaana.jormakka@sasy.fi](mailto:jaana.jormakka@sasy.fi)

## VERTAISTUKI / TUKIHENKILÖTOIMINTA

Saimaan Syöpäyhdistys on kouluttanut tukihenkilöitä, joilta teidän on mahdollista saada tukea muuttuneessa elämäntilanteessa. Tukihenkilötoiminta on vapaaehtoistyötä, jossa tukihenkilökoulutuksen läpikäyneet henkilöt ovat osa potilaan ja hänen läheistensä turvaverkosta.

**Vertaistukija** on kokenut syöpäsairauden, on vaihtolovelvollinen ja saanut vapaaehtoistyöhön koulutuksen. Hän ei ole terveydenhuollon ammattilainen eikä ota kantaa hoitoon tai lääketieteeseen liittyviin kysymyksiin.

**Arjen ystävä** -tukihenkilö tukee sairastuneen elämää muuttuneessa arjessa, kuuntelee ja kulkee rinnalla. Hänestä voi saada seuraa esim. lääkärikäynneille, kauppamatkoille ja lenkkipoluille. Arjen ystävällä ei välttämättä

ole omakohtaista kokemusta syöpäsairaudesta.

**Saattohoidon tukihenkilö** on kanssakulkija, joka tarjoaa kiireetöntä läsnäoloa ja käytännön tukea arjen selviytymiseen kuolevalle ihmiselle sekä hänen läheisilleen. Tukihenkilö ei korvaa ammatti-ihmisten tekemää työtä eikä läheisten tukea. Saattohoidossa tukihenkilösuhde kestää tuettavan kuolemaan asti. Usein se jatkuu vielä muutaman kerran omaisten tapaamisena.

Tietoa tukihenkilöistä ja tukihenkilötoiminnasta saatte Saimaan Syöpäyhdistykseltä.

**OMIA MUISTIINPANOJA JA YHTEYSTIETOJA:**

**OPPAAN ANTAJA JA PÄIVÄMÄÄRÄ**



Etelä-Savon sairaanhoitopiirin kuntayhtymä  
Porrassalmenkatu 35-37, 50100 Mikkeli

Puhelinvaihe 015 3511  
Faksi Kirjaamo 015 351 2505

[www.esshp.fi](http://www.esshp.fi)