



# mad og drikke den sidste tid

*Informationspjece til Familie og Venner*

Når døden nærmer sig hos et alvorligt sygt eller ældre svækket menneske, opstår der ofte usikkerhed og spørgsmål hos de nærmeste.

Som plejepersonale oplever vi ofte, hvor svært det er for de nærmeste, at deres familiemedlem ikke længere kan eller ønsker at spise og drikke mere.

Vi håber at denne folder kan bruges til at få en større forståelse, for grunden til, at man i denne fase holder op med at indtage ernæring.

Ofte opleves det, at man i den sidste fase af livet, mister lysten til mad og drikke.

Det er der flere årsager til:

- Smagsoplevelsen ændres, og mad og drikke smager ikke som det plejer.

- Kroppen udskiller stoffer som nedsætter appetitten og studier har vist, at man i denne fase heller ikke optager næringsstofferne. Det betyder at man ikke kan holde vægten selvom man spiste.

- Andre undersøgelser har vist, at når man ikke kan indtage ernæring længere, sker der en øgning af salt og kalk i blodet. Det øger velbefindende på grund af nedsat udskillelse af urin, afføring, og nedsat slimdannelse i lungerne, og dermed mindre hoste.

- Når der ikke tilføres energi i form af sukker, eller andre kulhydrater, går kroppen over i fedtforbrænding. Det øger surhedsgraden i blodet, hvilket giver nedsat smertefornemmelse, og øget eufori, der er en tilstand af velvære.

Konklusionen er, at længerevarende manglende indtagelse af mad og drikke, ikke giver smerter eller lidelse i denne fase. Tværtimod medfører dette en mindre smertefornemmelse og en øget tilstand af velvære.

Som Familie eller Ven er det vigtigt at forstå, at den bedste lindring man kan give sin kære, er at respektere at han/hun ikke længere har lyst til mad og drikke.

Nogle bliver generet af mundtørhed, dette kan lindres med mundpleje. Dette udføres flere gange dagligt af plejepersonalet, men vi vil gerne vise dig, hvordan du kan være med til at yde omsorg ved at give mundpleje, eller støtte din kære på andre måder.

Vi håber at disse informationer kan hjælpe dig i en svær tid.

Vi vil selvfølgelig gerne tale med dig om denne vejledning, hvis du ønsker dette.

Venlig hilsen

**Personalet i PlejeGribskov**





**”Man dør ikke fordi man holder op med at spise,  
man holder op med at spise, fordi man skal dø”**

**- Sokrates**