

# 삶의 마지막에 예상되는 것

---

## 간병인을 위한 안내서

자신이 아끼는 누군가가 삶의 마지막에 있을 때, 복잡한 감정과 걱정으로 가득 찬 힘든 시간이 될 것입니다. 간병인으로서 당신은 어떻게 해야 그들의 필요를 가장 잘 충족시킬 수 있을 지에 대해 많은 의문이 들거나 어찌해야 할 바를 모를 수도 있습니다. 이러한 염려를 죽음 앞둔 사람을 돌보는 것의 자연스러운 일부입니다. 삶의 마지막 며칠과 몇 시간 동안 무슨 일이 일어날 지를 알면 더 잘 대비할 수 있다는 느낌을 받을 수 있습니다.

이 안내서는 당신이 돌보고 있는 사람의 요구사항 변화를 이해하고 간병하는데 도움이 될 것입니다. 이 정보에 대해 궁금한 사항이 있으면 의사나 간호사에게 문의하십시오.



### 안내서 내용

---

신체적 변화와 요구사항	
먹고 마시기	2
통증	3
불안, 초조 및 지남력상실	4
눈, 코, 입 관리	5
기운이 없고 졸림	6
호흡의 변화	8
자신을 돌보기	10
죽음의 임박	12
임종시	13

## 신체적 변화와 요구사항

삶의 끝자락에서 사람의 몸은 많은 신체적 변화를 겪습니다. 이러한 변화는 일반적으로 며칠에 걸쳐 발생하지만 경우에 따라 몇 시간 동안에 빠르게 진행될 수도 있습니다. 사람이 안정적으로 보이다가도 마치 몇 시간 밖에 살지 못할 것처럼 보이게 될 수 있습니다. 이러한 변화 때문에 스트레스를 받거나 속상할 수 있지만 이는 정상적인 죽음의 과정입니다. 이는 보통 응급 상황이 아닙니다.

이러한 신체적 변화는 당신이 돌보고 있는 사람을 최대한 편안하게 유지하도록 도울 수 있는 방법에 관한 정보와 함께 다음 부문에 설명되어 있습니다.

### 먹고 마시기

#### 왜 덜 먹고 덜 마실까요?

삶의 마지막에 사람들은 신체 기능이 느려져 왔기 때문에 일반적으로 배고픔이나 목마름을 느끼지 않습니다. 몸에서는 음식과 체액을 사용하는 능력을 상실하고 영양소의 혜택을 받지 못합니다. 이때 그들은 할 수 있더라도 먹거나 마시는 것을 아주 조금 밖에 하지 못할 것입니다. 이것이 정상입니다.

그들이 먹거나 마시기를 원치 않는다면, 원하는 대로 들어주는 것이 중요합니다. 아픈 사람에게 음식을 먹고 싶은 것이 당연하지만, 죽어가는 사람에게 음식을 먹인다고 해서 그들의 고통을 덜어지지도 생명이 연장되지도 않습니다. 사실, 음식이나 음료는 죽어가는 사람을 아프고 불편하게 만들 수 있습니다.

#### 중요 사항

- 억지로 먹거나 마시게 하지 않도록 주의하십시오.
- 먹이는 동안 기침을 하거나 호흡 곤란을 느끼면 즉시 멈추십시오.
- 매우 졸려하거나 제대로 삼키지 못할 경우 먹이지 마십시오. 음식과 물이 폐로 들어가 울혈과 폐렴을 일으킬 수 있습니다.
- 오줌 색이 짙더라도 놀라지 마십시오. 마시는 양이 줄어들면 오줌의 농도가 짙어지고 색이 더 진해집니다.

## 식사하는 것을 어떻게 도울 수 있을까요?

영양보다는 즐거움에 초점을 두는 것도 좋습니다. 음식을 몇 입만 먹어도 포만감을 느끼는 것이 정상일 수 있습니다.

- 그림에 보이는 것처럼 식사를 제공하기 전에 완전히 깨어있고 일어나 앉아 있는 것을 확인하십시오.
- 좋아할 만한 부드러운 음식을 제공하십시오.
- 한 번에 소량만 제공하고 배부른 것 같으면 멈추십시오.
- 먹이는 동안 기침을 하거나 호흡 곤란을 느끼면 바로 멈추십시오.



## 마시는 것을 어떻게 도울 수 있을까요?

액체를 제공하는 것은 괜찮습니다. 우선, 구토 방지를 위해 머리를 베개에서 약간 들어 올립니다. 그런 다음 하나 이상의 다음 방법으로 액체를 제공하십시오.

- 주사기나 주둥이가 달린 유아용 컵으로 물을 몇 모금 줍니다.
- 얼음 한두 조각을 입안에 넣어줍니다.
- 물에 적신 스펀지면(그림 참조)을 제공해 빨 수 있도록 합니다.
  - 홈케어에서 이러한 서비스를 제공해 줄 수 있습니다. 자신이 돌봐주는 사람이 스펀지를 깨물 수도 있습니다. 이는 정상적인 반응입니다. 막대를 계속해서 잡으세요. 잠시 후 그것을 놓아줄 겁니다.



## 정맥 급식을 사용하는 것은 어떤가요?

많은 가족들이 정맥 급식에 대해 문의를 합니다. 정맥 급식은 의사나 간호사가 사람의 팔에 바늘을 꽂아 수액이 정맥을 통해 직접 공급되는 것입니다. 이들 수액은 보통 소금이 첨가된 물입니다. 우리는 정맥 급식 사용을 권하지 않으려고 합니다. 정맥 수액은 영양을 많이 제공하지 못하며 불편함을 일으킬 수도 있습니다.

## 통증

---

### 불편함의 징후에는 어떤 것이 있나요?

통증은 보통 입종시에 악화되지 않습니다. 사실, 졸음이 더 많아지고 움직임이 더 적기 때문에 통증을 덜 느낄 수 있습니다.

사람들은 말을 할 수 없을 때에도 불편함이나 고통을 느낄 때 보통 몸으로 표시할 수 있습니다. 다음과 같은 징후를 찾아 보십시오.

- 얼굴이나 손, 몸의 긴장
- 이 악물기.

자신의 의료팀도 이런 징후들을 면밀히 살펴볼 것입니다.

### 신음을 하면 아픈건가요?

신음하는 소리가 들릴 수도 있습니다. 죽어가는 사람이 숨을 내쉴 때나 좌우로 움직일 때 제일 많이 신음소리가 납니다. 이런 종류의 신음은 반드시 아파서 내는 것이 아닙니다. 호흡의 변화 때문에 생길 수도 있습니다. 이 내용은 *호흡의 변화* 부문인 8페이지에 자세히 설명되어 있습니다.

### 의사가 진통제를 바꿔줄까요?

진통제가 사용되고 있다면, 의사가 환자의 상태 변화에 따라 용량이나 약물 투여 방법을 바꿀 수도 있습니다.

예를 들어, 환자가 더 이상 삼키지 못할 경우 통증 펌프나 주사를 통해 일부 진통제를 투여할 수 있습니다. 진통제를 바꿔야 한다고 생각되면 의사나 간호사에게 연락하십시오.

## 불안, 초조 및 지남력상실

---

삶의 끝자락에서 사람들은 심하게 가만히 있지 못하거나 안절부절 못하거나 혼란스러워할 수 있습니다. 때때로 공포나 위협을 느낄 수도 있습니다. 또한 죽음에 가까운 사람들은 이미 죽은 동물이나 사람과 같이 물리적으로 거기에 있지 않을 수도 있는 것이 보인다고 믿는 것이 일반적입니다. 혼란스럽거나 화가 나 보일 수 있으며 잘 아는 얼굴을 알아보지 못할 수도 있습니다. 임종시 착란과 성격 변화는 정상적일 수 있으며, 돌봐주고 있는 사람에 대해 다른 감정을 느끼고 있다는 징후는 아닙니다.

### 착란이나 안절부절 못하는 것을 어떻게 도울 수 있을까요?

- 자신의 이름을 밝히고 정확하게 발음하십시오.
- 손을 잡거나, 조용한 음악을 틀거나, 부드러운 목소리로 책을 읽어 주는 등 차분한 행동을 보이십시오.

- 혼자 두면 더 많이 동요할 수 있습니다. 친숙한 얼굴들을 더 자주 만나고 싶은지 물어보십시오. 이러한 돌봄을 추가하는 것이 힘들 수 있습니다. 호스피스 자원 봉사자와 간병사 같은 이용가능한 자원에 대해 자신의 의료팀과 상의하십시오.
- 환자가 말하는 것에 대해 논쟁하거나 정정하거나 반박하려고 하지 마십시오.
- 혼란을 최소화하세요. 한 번에 하나의 대화만 하도록 하십시오. 소음과 혼돈을 최소한으로 줄이십시오.
- 자신이 돌보고 있는 사람은 예전에 좋아하고 즐겼던 것을 더이상 좋아하거나 즐기지 않을 수도 있습니다. 어떤 것이 진정시키는데 도움이 되는지를 알아보기 위해 다른 전략을 시도해야 할 수도 있습니다. 시도할 사항에 대한 조언이 필요하면 케어팀에 문의하십시오.
- 어떤 사람들은 낮과 밤이 뒤섞일 수 있습니다. 낮에는 방을 밝게 하고 밤에는 어둡게 하는 것이 도움이 될 수 있습니다.
- 우려 사항이 있으면 의료 팀원에게 문의하십시오. 의사나 간호사가 도움이 되는 약을 처방해줄 수 있습니다.

자신이 돌보고 있는 사람은 예전에 좋아하고 즐겼던 것을 더이상 좋아하거나 즐기지 않을 수도 있습니다. 어떤 것이 진정시키는데 도움이 되는지를 알아보기 위해 다른 전략을 시도해야 할 수도 있습니다. 시도할 사항에 대한 조언이 필요하면 케어팀에.

## 입, 코, 눈관리

---

임종이 다가오면 혀, 입술, 코, 눈에 건조함과 불편함을 느낄 수 있습니다. 자신이 돌보는 사람이 종종 입으로 숨을 쉬는 것을 볼 수도 있습니다. 이것이 건조함을 악화시킬 수 있습니다. 입, 코, 눈을 자주 관리해 주면 건조함과 불편함을 완화시키는데 도움이 됩니다.

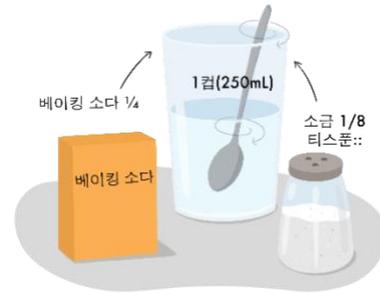
### 입, 코, 눈 관리를 어떻게 도울 수 있을까요?

- 입안의 내벽을 자주 닦아서 개운하게 해주십시오. 아래에 설명된 소금, 물, 베이킹 소다로 만든 용액이나 물을 사용할 수 있습니다.

## 마른 입을 위한 용액

### 1. 함께 섞으세요

- 물 1컵(250mL)
- 소금 1/8티스푼
- 베이킹소다 ¼티스푼



2. 구강관리 스펀지(홈케어 팀 제공)를 용액에 적셔 입안과 잇몸, 혀를 깨끗이 닦아서 개운하게 해줍니다. 간호사가 하는 방법을 보여줄 수 있습니다.

3. 환자가 스펀지를 꼭 깨물 수도 있습니다. 이는 정상적인 반응입니다. 대를 계속해서 잡아주세요. 잠시 후 그것을 놓아줄 겁니다.

### 4. 준비하십시오

- 알코올이 함유된 구강 세척제 사용을 피하십시오. 그 때문에 더 건조해질 수 있습니다.
- 립밤을 사용하여 입술을 보호해 주세요.
  - **중요:** 자신이 돌보는 사람이 산소를 사용할 경우에는 입술에 바셀린 같은 파라핀을 사용하지 마십시오.
- 코가 건조해지면 처방전 없이 약국에서 구입할 수 있는 **Secaris** 같은 수성 젤로 콧구멍을 촉촉하게 해줄 수 있습니다. 수성 젤은 산소와 함께 안전하게 사용할 수 있습니다.
- 필요한 경우 하루에 서너번 인공 눈물로 눈을 촉촉하게 해줄 수 있습니다. 간호사가 방법을 알려줄 것입니다. 약국에서 처방전 없이 인공눈물을 살 수 있습니다.



## 기운이 없고 졸림

삶의 막바지에 있는 사람들은 매우 기운이 없고 피곤함을 느낄 수 있습니다. 질병이 진행됨에 따라 잠을 더 많이 자게되는 경향이 있습니다. 이때에는 일반적으로,

- 모든 시간을 침대에서 보냅니다
- 대부분의 시간이나 줄곧 졸리거나 선잠에 빠진 것처럼 보입니다.
- 깨어나기가 어렵습니다
- 말을 거의 하지 않거나 전혀 하지 않습니다.

## 진통제가 졸립게 하나요?

사람이 졸려보이거나 잠을 많이 잔다면 진통제가 너무 많이 투여되고 있는 것이 아닌지 염려할 수 있습니다. 일반적으로 통증 완화는 몸을 이완시키고 환자가 더 편안하게 잠을 잘 수 있도록 해줍니다. 진통제의 부작용 가능성이 우려된다면 의사나 간호사와 상담하십시오.

## 내 말이 들릴까요?

어떤 경우에는 환자가 혼수상태나 수면 유사 상태에 있을 수 있습니다. 말을 걸거나 만지는 것에 평소처럼 반응하지 못할 수 있습니다. 이들이 얼마나 많이 들을 수 있는지 또는 이해하는지 알지 못하지만, 그래도 계속해서 듣고 이해하는 것들이 있는 것처럼 보입니다. 여전히 당신의 목소리를 알아듣고 편안함을 얻을 가능성이 있습니다. 그것이 옳다고 느껴지면, 계속해서 말을 걸고 만져서 위로해 주십시오.

## 기운이 없고 졸릴 때 어떻게 도울 수 있을까요?

- 6~8시간마다 침대에서 자세를 바꿔주며 환자가 가장 편하게 느끼는 자세를 번갈아 바꿔줍니다. 다음 쪽에 나오는 그림은 우리가 찾아낸 최고 좋은 두가지 자세를 보여줍니다. 자세를 정기적으로 바꿔주면 불편함을 줄이고 욕창이 생기는 것을 예방할 수 있습니다. 간호사나 간병사가 이 방법을 알려줄 것입니다.
- 간호사는 욕창을 치료하거나 예방하는데 도움이 되는 특수 매트리스를 추천할 수도 있습니다.
- 일회용 흡수성 속옷을 사용하여 화장실에 갈 필요가 없도록 하십시오. 경우에 따라 소변줄을 환자의 방광에 삽입하고 소변을 배출하는 소변주머니에 연결할 수도 있습니다. 소변줄을 삽입할 때 약간의 불편함이 있을 수 있지만 일단 삽입되면 보통 통증이 없어집니다.
- 자신이 돌보는 사람이 마치 모든 것을 다 들을 수 있는 것처럼 얘기해도 좋습니다. 자신이 말하고 싶은 것을 모두 말하십시오. 이것이 옳다고 느껴지면 계속해서 다정하게 대하고 바로 옆에 있다고 안심시켜 줄 수 있습니다.

## 편안한 자세

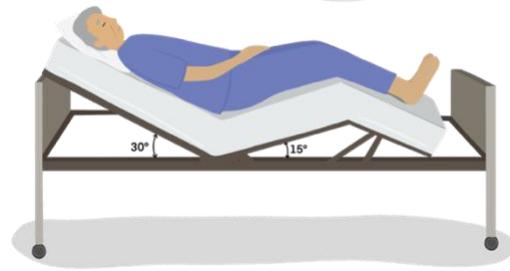
### 부분적으로 옆으로 돌림

이 자세는 사람이 울혈로 막혔을 때 도움이 됩니다. 등쪽으로 높혀지지 않도록 하려면 베개를 사용하여 등 전체를 지탱하십시오.



### 머리와 다리가 약간 올려진 상태에서 등을 똑바로 높힙니다

머리를 30도 정도 들어 올립니다. 침대에서 미끄러지지 않도록 머리를 너무 많이 올리지 마십시오. 그로 인한 마찰로 욕창이 생길 수 있습니다. 다리는 약 15도 정도 올려져야 합니다. 가장 좋은 자세와 침대 조정 방법에 대해 간호사에게 문의하십시오.



## 호흡의 변화

### 호흡의 형태가 어떻게 바뀔 수 있을까요?

자신이 돌보고 있는 사람이 약해지면서 그들의 일상적인 호흡의 유형이 변화하는 것을 눈치챌 수 있습니다. 그들의 호흡은:

- 속도가 빨라질 수 있습니다
- 소리가 더 얇거나 더 깊어질 수 있습니다
- 불규칙해질 수 있습니다.

일반적으로 이러한 변화는 산소가 충분치 않아서가 아닙니다. 호흡 형태의 변화에 대한 염려가 있으면 의료팀과 상의하십시오.

임종 직전에는 호흡이 느려집니다. 호흡 사이의 간격이 20~30초 동안 지속될 수도 있습니다. 호흡이 헐떡이는 것처럼 들릴 수도 있습니다. 이러한 호흡의 형태는 몇 시간이나 며칠 동안 지속될 수 있습니다. 그들은 이러한 변화를 인식하지도 고통을 겪지도 않을 것입니다.

### 호흡이 시끄러운 이유는 무엇일까요?

혼수 상태나 극도로 졸린 상태에 있는 사람은 호흡이 자주 막히거나 코고는 소리처럼 들립니다. 숨을 쉴 때마다 부드럽고 짧은 신음 소리가 날 수도 있습니다. 이러한 소리들은 사람이 기침을 할 정도의 의식이 있지 않을 때 목구멍에 쌓인 소량의 점액이나 가래 때문에 발생합니다.

이러한 호흡의 변화는 사람이 죽기 며칠에서 몇 시간 전에 발생하는 경향이 있습니다. 그 소리가 듣기 힘들 수 있지만 환자는 괴로워하지 않으며 점액이나 가래로 인해 질식하지 않습니다. 산소로도 이 소리가 줄어들거나 멈춰지지 않습니다.

때때로 간병인들이 점액을 제거하는 흡인기 사용에 대해 문의합니다. 호스에 의해 메스껍을 느끼거나 구토할 수 있기 때문에 보통 이러한 기계 사용을 권하지 않습니다.

자신이 돌보는 사람이 불편할지 모른다는 염려가 생기면, 의사나 진료 간호사가 도움이 되는 약을 처방해줄 수 있습니다.

### 시끄러운 호흡에 대해 어떻게 도울 수 있을까요?

평평한 침대에 태아 자세를 취하면 시끄러운 호흡을 줄이거나 멈추는데 도움이 될 수 있습니다. 베개는 등을 버텨주고 돌아눕게 하는 것을 방지하는 데 매우

## 자신을 돌보기

---

인생의 마지막은 걱정과 스트레스의 시간이 될 수 있습니다. 질병이 진행되는 동안 당신은 간병을 하는 것뿐 아니라 자신의 슬픔과 감정을 다스리는 데에 많은 어려움을 겪었을 가능성이 높습니다.

환자의 죽음이 다가옴에 따라, 당신은 두려움과 걱정, 슬픔, 위로, 평안, 안도감 등 다양한 감정을 경험할 수도 있습니다. 또한 자신이 돌보고 있는 사람이 고통의 끝에 가까워지고 있다는 것을 느낄 수도 있습니다. 이들 감정은 모두 정상입니다.

간병인으로서 당신은 정서적으로나 육체적으로 완전히 지칠 수 있습니다. 당신은 또한 슬픔에 잠긴 자녀나 다른 가족 구성원 및 친구를 돌보고 있을 수도 있습니다. 다른 사람을 돌보는 것이 중요한 만큼 자신을 돌보는 것도 필요합니다. 자신을 돌보는 것이 주변 사람들을 더 잘 돌보는데 도움이 될 것입니다.

정서적 지원을 추가로 받고 싶다면 의사나 간호사에게 알려주십시오. 상담 서비스 등을 알아보는 데 도움을 줄 것입니다. 자신의 주치의(예: 가정의나 주치의 간호사)도 현재와 미래에 자신을 지원하는 데 도움을 줄 수 있습니다.

경우에 따라 의료팀은 당신이 휴식시간을 가질 수 있도록 개인 간병사의 근무 시간 증가나 호스피스 자원 봉사자와 같은 실용적인 서비스를 추가로 제공할 수 있습니다. 압도된 느낌이 들기 시작하면 팀에게 이야기하십시오.

### 나 자신을 어떻게 돌볼 수 있을까요?



- 규칙적으로 식사하고 물을 충분히 마셔 수분을 유지하는 것을 잊지 마십시오.
- 잠을 좀 자도록 하십시오. 자신에게 충분히 휴식할 시간을 줌으로써 자신이 돌보는 사람을 더 잘 도울 수 있고 자신도 이 시간 동안 건강을 지킬 수 있습니다.
- 자신을 위한 시간을 갖도록 하십시오. 시간을 내어 샤워나 목욕, 조용한 산책, 명상이나 기도를 하는 것이 도움이 될 수 있습니다.

- 가능하다면 응원해 주는 친구와 친척들과 함께 하십시오. 필요할 때 도움을 청하십시오. 사람들은 이 어려운 시기에 기꺼이 도움을 줄 수 있습니다. 자신이 쉼 동안 식사나, 집안일, 육아, 식료품 장보기, 운전 또는 죽어가는 사람과 함께 있어준다는 등의 도움을 주겠다는 제안에 예라고 말하십시오. 자신을 지원해 줄 수 있는 이용 가능한 자원에 대해 의료팀과 상의하십시오.
- 자신의 두려움과 걱정에 대해 의료팀과 상의하십시오. 슬픔에 대처하는데 도움이 필요하면 가정의나 완화치료 의사와 같은 의료팀의 누군가에게 이용 가능한 자원에 대해 이야기하십시오.

# 죽음의 임박

---

## 사람이 죽음에 가까워지면 어떻게 될까요?

사람이 죽음에 가까워지면 눈이 깜박임 없이 계속해서 떠있을 수 있습니다. 호흡 사이에 간격이 길어질 수 있습니다.

혈액 순환이 느려지면서 나타나는 다음과 같은 피부 변화가 눈에 떨 수도 있습니다.

- 피부가 파래지거나 반점이 생길 수 있습니다.
- 몸의 아랫쪽이 검어질 수 있습니다.
- 입 주위의 피부가 푸르스름한 회색으로 보일 수 있습니다.
- 얼굴이 창백해질 수 있습니다.
- 코, 귀, 손, 팔, 발, 다리를 만지면 차갑게 느껴질 수 있습니다.
- 손끝이 검어질 수 있습니다.

이때 간호사는 환자의 혈압과 맥박 측정을 중단할 수 있습니다. 사람이 죽음에 가까워지면 이런 것은 별로 중요하지 않습니다.

때때로 반응이 없던 사람이 갑자기 의식이 더 또렷해지거나 에너지가 넘쳐날 수 있습니다. 짧은 시간 동안 말이 많아질 수도 음식이나 방문객에 더 관심을 보일 수도 있습니다. 이 일시적인 변화가 일어난다면 그들은 어떤 고통도 받고 있지 않은 것입니다.

## 죽음의 시간이 임박한 사람을 어떻게 도울 수 있을까요?

- 편안한 온도가 유지될 수 있도록 하십시오.
  - 더위를 느낄 경우에는 천이나 수건을 찬물에 적셔 이마나 가슴에 대고 식혀주십시오.
  - 추위를 느낄 경우에는 담요로 따뜻하게 해주십시오.
- 돌보고 있는 사람을 놀래키고 불안하게 하여 괴로움을 일으킬 수 있는 시끄러운 소음을 피하십시오. 정상적인 수준에서 말하는 것은 괜찮습니다.
- 자신에게 옳다고 생각되면 다음 사항을 해도 좋습니다.
  - 죽어도 괜찮다고 안심시켜줍니다
  - 그들이 당신에게 얼마나 의미가 있는지 알려주십시오
  - "사랑해"라고 말해주세요.

## 임종시

---

누군가가 집에서 사망할 때 간호사나, 의사 또는 간병사가 옆에 없는 경우가 많습니다. 죽은 사람과 단둘이 있을 수도 있습니다.

### 사망했다는 것을 어떻게 알 수 있나요?

사망했다는 것을 알게되는 이유는 다음과 같습니다.

- 숨을 쉬지 않을 것입니다.
- 눈꺼풀이 약간 떠져있고 깜박이지 않을 것입니다.
- 동공이 더 커질 것입니다.
- 눈이 특정 지점에 멈춰있을 것입니다.
- 턱이 이완되고 입은 약간 벌어져 있을 것입니다.
- 소변이나 대변을 볼 수도 있습니다.



### 사망한 사람을 얼마나 오랫동안 집에 둘 수 있나요?

자신이 원하는 만큼 시간을 보낼 수 있습니다. 몇 시간이나 하룻밤 동안 시신을 곁에 두길 원할 수도 있습니다. 시신을 더 빨리 치우길 원할 수도 있습니다. 어느 쪽이든 괜찮습니다. 시신을 바로 치워야 한다는 법은 없습니다. 완화치료 의사에게 전화할 때 자신이 원하는 바를 알려주십시오.

사망 후 시간이 지나면 몸에 신체적 변화가 일어나 시신의 자세를 바꾸기 어렵습니다. 일정 기간동안 시신을 집에 두기로 했다면 눈꺼풀을 감기고 똑바로 누이려고 해도 좋습니다. 눈이 감기지 않을 수도 있는데 이는 정상입니다.

포옹이나 키스 또는 몇 마디 말과 같은 작별의 몸짓은 그 순간을 존중하고 작별 인사를 하는 데 도움이 될 수 있습니다.

### 언제 장례식장에 전화해야 할까요?

의사가 도착하여 필요한 서류를 작성한 다음에 장례식장에 전화할 수 있습니다. 임종 전에 장례식장을 마련하는 것을 권하지만 꼭 그렇게 해야 하는 것은 아닙니다.

## 언제 완화치료 의사에게 연락해야 할까요?

자신이 보살피고 있는 사람이 사망한 경우:

- 오전 7시에서 자정 번으로 완화치료 의사에게 전화하여 집에 올 시간을 정하십시오.
- 자정 이후, 아침 7시까지 기다렸다가 연락하십시오. 완화치료 팀은 긴급 지원을 위해 24시간 대기하고 있지만 응급치료가 필요한 환자에게 집중할 필요가 있습니다.

종교나 문화적인 이유로 특별한 준비가 필요한 경우 임종하기 전에 완화치료 의사와 상담하시기 바랍니다.

**911이나 경찰에 전화할 필요가 없습니다.**

911에 전화할 경우 심폐소생술 거부서약서가 있으면 그 양식을 소지하고 있어야 합니다. 이 양식은 구급대원에게 심폐소생술(CPR)을 하지 않도록 해줄 것입니다.

### Temmy Latner Centre의 일을 어떻게 지원할 수 있을까요?

장례식장에서는 종종 가족들에게 추모 기부금을 지원하고 싶은 자선단체가 있는지 물어봅니다. 당신은 자신이 돌보고 있는 사람이 죽기 전에 당사자와 다른 간병인들과 함께 이 문제에 대해 논의하고 싶을 수도 있을 것입니다. 종종 사람들은 평생 동안 또는 질병에 걸린 동안 자신들에게 큰 의미가 있었던 자선단체를 선택합니다.

Temmy Latner Center for Palliative Care를 지원하기 위해 직접 기부를 선택해 주신다면 영광입니다. Temmy Latner Center에 추모 기부금을 보내주시면 우리가 계속해서 최상의 완화치료를 제공하고 최첨단 연구를 수행하며 수천 명의 학생과 의료 전문가에게 가치 있는 교육을 제공하는 데 도움이 될 것입니다.

온라인 기부를 원하시면 저희 웹사이트 [www.tlpc.org](http://www.tlpc.org) 를 방문하십시오. 수표로 기부할 경우, 수취인에 Sinai Health Foundation을, 메모란에 Temmy Latner Center for Palliative Care를 적어서 수표를 발급하십시오. 주소: 522 University Avenue, Suite 1001, Toronto, ON, M5G 1W7. 자세한 내용은 416-586-8203으로 전화하거나 [foundation.msh@sinaihealth.ca](mailto:foundation.msh@sinaihealth.ca)로 이메일을 보내주십시오.

\*\*\*\*\*

질문이나 우려 사항이 있으시면 언제든지 의사나 간호사에게 말씀하십시오.