

# 생애 마지막 순간 - 그 과정에 대한 이해

## 자택에서 죽음을 맞이하는 환자분의 가족 및 간병인을 위한 안내서

죽음을 맞이하는 과정도 삶의 일부이며 개인마다 다릅니다. 죽음은 서서히 평온하게 다가오며, 임종이 가까워지면 공통적으로 나타나는 신체적 변화가 있습니다. 이는 임종을 알리는 신호가 되기도 함으로 어떠한 변화가 올 것인지 미리 알고 있으면 이와 관련된 걱정을 덜 수 있습니다.

### 음식 거부

흔히 먹거나 마시는 것에 관심을 보이지 않으며, 신체는 수분섭취 감소에 적응하게 됩니다. 환자분이 아직 삼킬 수 있다면 물 몇 모금이나 얼음 조각을 물게 하는게 도움이 됩니다.

### 의식의 변화

몸이 약해지면서 환자분의 수면시간이 길어 지다가 점차 무의식 상태로 서서히 빠집니다.

### 호흡

호흡 양상도 변하는 데, 숨을 쉬다가 중간에 잠깐 또는 길게 호흡을 멈추기도 합니다. 때로는 크게 가래가 끓는 것 같은 소리가 들리기도 합니다. 이는 정상이며 환자분이 그렇게 불편을 느끼지는 않는다고 합니다. 이때는 자세를 조금 바꾸어 주는 것이 도움이 될 수 있습니다.

### 실금

대소변 실금에는 성인용 기저귀가 사용 되기도 합니다. 때로는 인공적인 소변 줄을 삽입하는 것이 도움이 될 수 있습니다.

### 혼란 및 초조함 증가

환자분이 안전부절하거나 사고 및 대화가 뒤죽박죽이 될 수도 있습니다. 환자분에게 차분히 이야기하고 손을 잡아드리면서 안심시키십시오. 환자분이 괴로워 하는 경우 약물이 도움이 될 수 있습니다.

### 피부색/체온 변화

환자분의 팔다리가 차갑고 축축하게 느껴지고, 피부에 반점이 보이거나 피부색이 어두워 보일 수 있습니다. 환자분이 실제로 추위를 느끼지는 않습니다. 체온의 변화(상승/저하)는 정상적인 현상입니다.

## 환자분이 사망하셨다는 것을 어떻게 알 수 있을까요?

- 호흡이 멈추었습니다.
- 심장박동이나 맥박이 뛰지 않습니다.
- 흔들어 보거나 크게 말해도 반응이 없습니다.
- 눈이 한 곳을 응시하고 있고, 동공이 크게 확장되어 있으며 눈은 뜨고 있을 수도 있습니다.
- 턱의 긴장이 풀어지고 입이 벌어져 있습니다.

## 환자분이 사망하신 경우 어떠한 조치를 취해야 할까요?

- 급하게 무언가를 하지 않으셔도 됩니다. 고인 옆에 앉아서 마지막으로 시간을 함께 하시는 것도 좋습니다.
- 사망시간을 기록해 두시면 도움이 됩니다.
- 고인을 바로 눕히고 베개를 평평하게 하여 머리에 베어드리는 것도 좋습니다.
- 호스피스 간호사에게 연락하십시오. 밤에 돌아가신 경우에는 아침까지 기다리셨다가 간호사에게 연락 하셔도 괜찮습니다.
- 고인의 가정의에게 연락하십시오. 가정의가 방문하여 사망을 확인하고 사망 증명서를 작성할 것입니다.

부고를 알려 할 사람이 많은 경우 가족이나 지인에게 도움을 청하시는 것도 좋습니다.

장의사에게 연락하십시오 - 장의사에 대한 정보가 필요하시면 다음 링크를 방문하세요: [www.fdanz.co.nz/](http://www.fdanz.co.nz/)  
**fdanz-funeral-directors** 내무부 (Department of Internal Affairs) 웹사이트에서도 기타 유용한 정보를 찾아보실 수 있습니다: [www.endoflifeservices.co.nz](http://www.endoflifeservices.co.nz)