

## *Er du som lægesekretær klædt ordentlig på i interaktionen med mennesket i sorg?*

Stiller du også dig selv ovenstående spørgsmål?  
– Så har vi samlet en række nyttige hjælpemidler, som er beskrevet på bagsiden af pjecen.

Det kan være svært at vide, hvordan man bedst imødekommer mennesket i sorg, da sorg håndteres individuelt. Sorg kan på mange måder opfattes som værende et tabu, hvor lægesekretærer kan have en vis berøringsangst overfor dette.

Lægesekretærerne vil ofte være den faggruppe, som møder patienter og pårørende først og sidst i patientforløbet. De kommer dermed til at spille en stor og vigtig rolle ift. at kunne identificere mennesker i sorg og agere på dette - *Hvordan gør man så dette?*

Det handler ikke altid om at sige det rigtige, men blot det at være nærværende og lyttende, da mennesker i sorg ofte har brug for at blive hørt. Det kan som lægesekretær alligevel være udfordrende at skulle håndtere sådanne situationer, og her er der hjælp at hente!



### **Førstehjælp - til mennesket i sorg**

#### **Patientforeninger**

- Her kan patienter og pårørende snakke med ligesindede omkring hverdagens udfordringer.

#### **Sorggrupper**

- Deling af tanker og følelser med andre i lignende situationer.

#### **Det Nationale Sorgcenter**

- Tilbud om psykologisk behandling til efterladte med komplicerede sorgreaktioner.

#### **Sorglinjen**

- Kan kontaktes alle dage 17-21 på chat, sms, brevkasse eller på tlf. nr. **70 209 903**.

#### **Kirken**

- Tilbud til sorgramte.

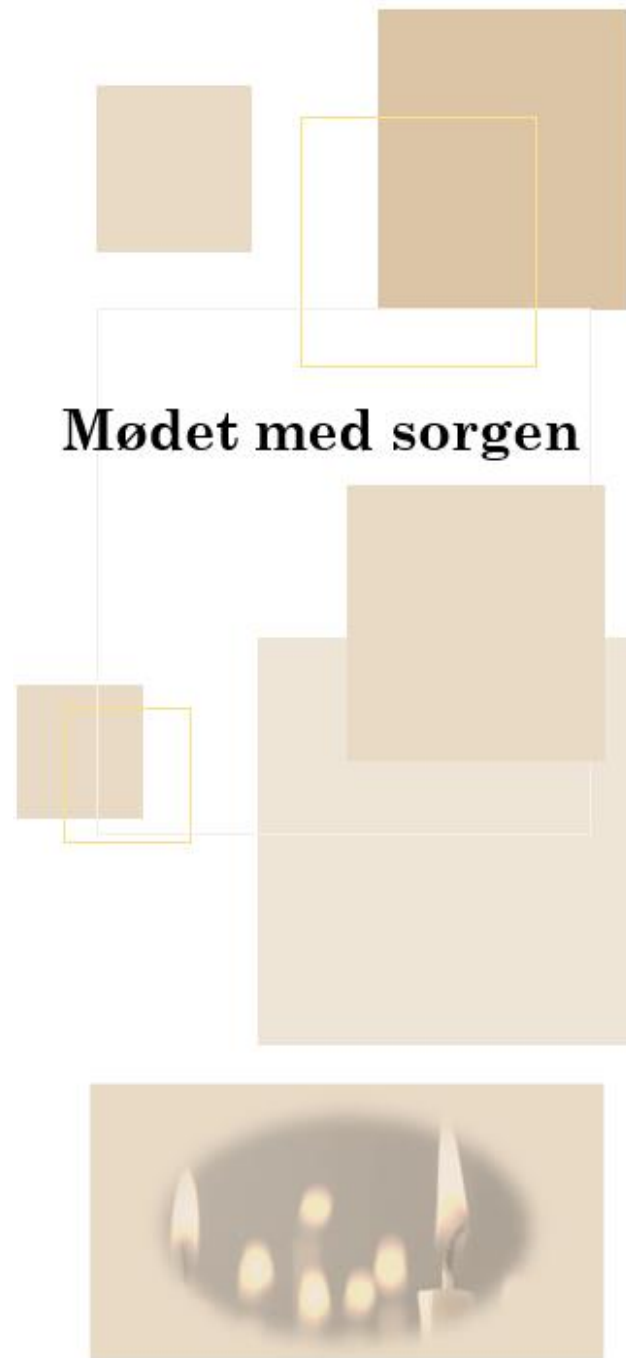
#### **Hospitalspræsten**

- Samtalepartner uanset religiøs overbevisning.

#### **Psykolog**

- Egen læge kan hjælpe med en henvisning.

## **Mødet med sorgen**



## Statistikker over sorg:

### Vidste du at.....

- Ca. **55.000** danskere hvert år mister en nærtstående.
- Gennemsnitligt oplever **4** mennesker sorg efter et dødsfald.
- **200.000** danskere hvert år oplever en længerevarende eller livslang sorg.
- Årligt koster kompliceret, ubehandlet sorg i gennemsnittet **3,4 mia. kr.**



*Sorg håndteres forskelligt -  
der findes ikke én rigtig måde  
at sørge på...*

## Hvad er sorg egentlig?

Sorg er en psykisk reaktion, som er nært knyttet til følelsen af tab. Dette kan være tab af en nærtstående, arbejdet eller tab af egen sundhed fx ved alvorlig sygdom. Følelserne forbundet til sorg kan både være tristhed, opgivenhed, angst og vrede.

Alle mennesker kan føle sorg, hvad enten de er børn, unge, voksne eller ældre.

## Hvorfor er dette relevant viden for lægesekretærer?

Lægesekretærene spiller en vigtig rolle, da de ofte vil være det første led, som patienter og pårørende møder på deres vej gennem sundhedsvæsenet. Her vil man ofte kunne møde mennesker i sorg, hvorfor det er relevant at opnå en forståelse af sorg samt håndteringen af denne. Formålet med denne pjece er altså at skabe opmærksomhed på dette område og dermed bidrage til, at patienter og pårørende oplever en øget kvalitet af deres forløb.

## Hvordan møder lægesekretæren bedst mennesket i sorg?

At møde et menneske i sorg kan for lægesekretærer medføre en berøringsangst, da det kan være svært at vide, hvordan

man bedst håndterer denne patientgruppe. Helt konkret kan lægesekretæren mangle de nødvendige redskaber og kompetencer for at kunne imødekomme mennesket i sorg.

For at understøtte denne problematik viser en undersøgelse foretaget af Det Nationale Sorgcenter, at 2 ud af 3 efterladte føler sig svigtet af omverdenen. Grundene til dette kan måske findes i, at det er svært at vide, hvad der er det rigtige at gøre i sådanne situationer, og dermed skabes der som tidligere nævnt en form for berøringsangst.

## Et menneske i sorg – hvad kan jeg gøre som lægesekretær?

- Udvis oprigtig interesse
- Være aktivt lyttende
- Være medfølelse
- Udvis forståelse
- Overensstemmelse mellem det nonverbale samt verbale sprog
- Tage sig den nødvendige tid
- Hjælp til professionel hjælp