

Muistilista: Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen



Kohtaa läheinen kunnioittavasti ja myötätuntoisesti

- Aloita itse läheisten kanssa keskustelu – älä odota, että läheinen puhuu ensin
- Anna tilaa, aikaa ja rauhaa – varmista, että läheinen kokee tulleen kuulluksi
- Tunnusta läheisen menetys, riippumatta vainajan elämäntilanteesta, taustasta tai kuolinsyystä
- Ole rehellinen, rauhallinen ja empaattinen
- Voit ilmaista omia tunteitasi tai järkytyksesi tilanteesta
 - Huomioi, että auttajasta ei saa tulla autettava
- Huomioi vainajan ja läheisten kulttuuriset ja uskonnolliset tavat

Tarjota läheiselle kriisitukea

- Ohjaa läheiset viipymättä kriisituen piiriin
 - Kriisituen tarjoaminen on lakisääteistä
 - Älä odota, että läheinen osaa tai jaksaa itse pyytää apua

Anna tietoa

- Anna läheisille tietoa suullisesti ja kirjallisesti, koska suullinen tieto ei välttämättä jää mieleen
- Anna läheisille tietoa selkeästi ja ymmärrettävästi:
 - kuolemasta ja sen tapahtumista
 - kuolinsyyn selvittämisestä
 - hautausjärjestelyistä
 - surureaktiosta ja selviytymiskeinoista
 - saatavilla olevasta tuesta ja surujärjestöistä
 - oikeudellisista menettelyistä

Tarjota emotionaalista ja konkreettista tukea

- Tarjota läheisille yksilöllisen tarpeen mukaan emotionaalista tukea, kuten keskustelua ammattilaisten kanssa:
 - kiireettömästi ja tilaa antaen
 - matalalla kynnyksellä
 - kaikkien perheenjäsenten tuen tarve huomioiden
 - ohjaamalla tarvittaessa traumatyön piiriin
- Tarjota läheisille yksilöllisen tarpeen mukaan konkreettista tukea, kuten käytännön ohjeita ja käytännön asioissa avustamista, esimerkiksi huolehtimalla läheisen:
 - levon ja ruoan saannista
 - avun saannista hautajaisjärjestelyissä

Muistilista: Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen



Mahdollista vainajan hyvästely

- Tarjoa läheisille aina mahdollisuus nähdä vainaja
 - Vainajan näkeminen voi edistää surussa selviytymistä ja konkretisoida kuoleman todellisuutta
 - Kysy läheisen toiveita ja kunnioita myös päätöstä olla näkemättä vainaja
- Valmistele läheinen vainajan kohtaamiseen:
 - miltä vainaja näyttää
 - miltä tila näyttää
 - mitä tunteita vainajan kohtaaminen saattaa herättää
- Huolehdi rauhallisesta, yksityisestä tilasta, jossa läheiset saavat viettää vainajan kanssa aikaa omien tarpeiden mukaisen ajan
- Tue läheisiä muiston luomisessa, esimerkiksi:
 - valokuvat
 - hiuskiehkura
 - käden- ja jalanjäljet
 - henkilökohtaiset esineet

Varmista tuen jatkuvuus

- Varmista tuki läheisille pitkäkestoisesti – ei vain akuutissa vaiheessa
 - Tee seurantayhteydenottoja (myös toistetusti)
 - Muista, että suru ei etene suoraviivaisesti
- Varmista hoitopolkujen selkeys ja jatkuvuus
- Selvitä läheisen sosiaalinen verkosto (perhe, ystävät, sukulaiset), jotta he voivat olla läheisten tukena
- Ohjaa läheisiä vertaistuen piiriin ja esimerkiksi seurakunnan palveluihin

Varmista oma osaamisesi

- Tunnista omat rajasi ja osaamistarpeesi – osallistu täydennyskoulutuksiin
- Perehdy kriisireaktioihin, traumaoireisiin ja suruun
- Varmista, että yksikössä on selkeät toimintakäytännöt äkillisen kuoleman tilanteisiin
- Huolehdi tiimin sisäisestä tuesta ja jälkipurkukeskustelun mahdollisuuksista

Pohjautuu Hotus-hoitosuositukseen: Hotus. 2026. Hotus-hoitosuositus®: Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen. Työryhmä: Aho AL, Terkamo-Moisio A, Hevonkorpi E, Poraharju J, Saastamoinen T & Turunen E. Hoitotyön tutkimussäätiö.

Suositukseseen pääset tutustumaan osoitteessa hotus.fi/hoitosuosituks sekä oheisesta QR-koodista.

