



***” Om man pratar om döden försvinner allt hopp”***

**Så här är det:**

En av få saker i tillvaron som är helt säker är att en dag ska vi alla dö. Fram till dess ska vi leva alla dagar så väl vi kan. Hopp handlar inte bara om hoppet att bli frisk eller leva evigt. Hoppet ändrar oftast karaktär när man drabbats av obotlig sjukdom, men försvinner sällan helt. Hoppet kan då handla om att det ska kunna vara så här bra som det är idag länge än, eller att det ska bli en bättre dag i morgon, eller att jag ska träffa någon god vän eller ett barnbarn i morgon, eller att jag fortsatt ska slippa ha värk.

Många personer som känner att krafterna successivt avtar när sjukdomen försämras har tankar om hur det ska gå för sina närstående, vem som ska ta hand om stugan, geväret, hunden eller servisen. Hur man ska formulera sitt testamente och hur man vill ha sin begravning är också vanliga funderingar. All erfarenhet tyder på att när man väl har fått prata om dessa funderingar med sina närmaste så infinner sig en stor lättnad hos både den som är sjuk och de närstående runt omkring. Då blir sömnen bättre och möjligheten att orka med andra aktiviteter blir större. Av och till kan man till och med glädjas tillsammans.