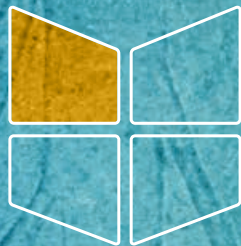
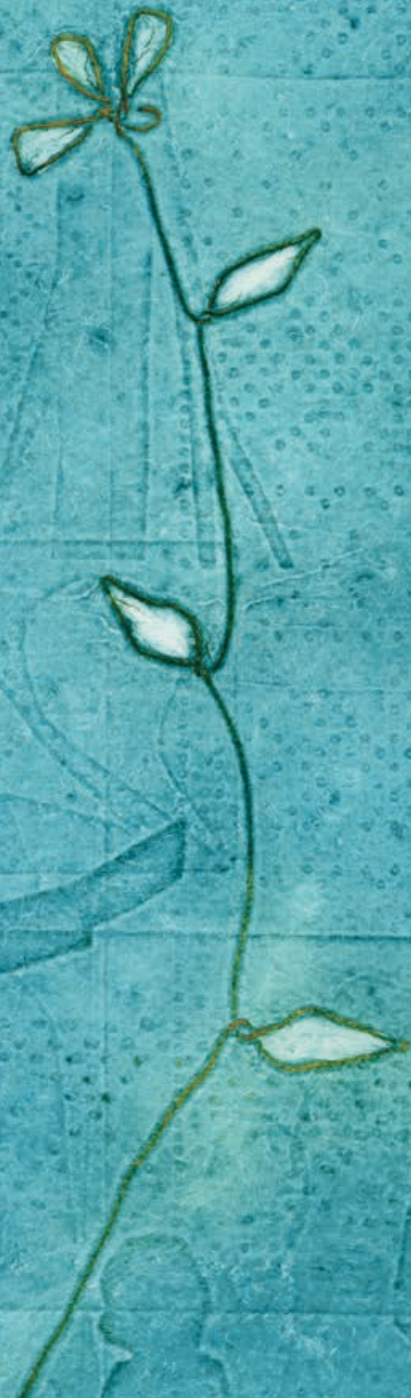


Davvisámegillii
nordsamiska



*Dutnje
gii leat
oapmahaš*



Ovdasátni

Dát diehtjuohkinbláddi jorgasa dutnje gii leat oapmahaš soapmásii gii oažžu palliatiiva divššu eallima loahppageažis. Gihppagis govviduvvo oanehaččat mii gorudis dáhpáhuvvá eallima mañemus áigge muhto maid makkár veahki ovttaskas sáhtta ja lea riekti oažžut oapmahažžan.

Palliatiiva dikšun lea dat dikšu mii addojuvvo go ii leat šat vejolaš dálkkodit skibasvuoda ja skibasvuodadilli soames háve boahte áigge doalvu jápmimii. Palliatiiva sátni jorgaluvvo dávjá sániin lidnen ja boahtá latiinna sánis mantel. Veardideapmi sáhtta dulkojuvvot guovtte ládje; buoritmeahttun skibasvuodas ii sáhte šat garvit skibasvuoda siva muhto sáhtta lidnet dávdamearkka, “čiehkát dan”, dego bijalii luhka dehe readju dan badjel. Nubbi assosiašuvdna lea govva liggejeaddji reddjos man sisa giessá buohcci. Goabbes veardideamit heivejit bures palliatiiva divššu bargui ja ulbmilii.

Vaikko dálkkodeapmi ii leat vejolaš lea, mu vásáhusa jelgii doavttirin palliatiiva divššus, olu maid sáhtta dahkat vai das gii lea buohcci ja dus gii leat oapmahaš lea nu buorre go vejolaš dan dilis mii lea. Palliatiiva divššus lea jearaldat háhkat “lanja”gos sáhtta eallit, geahpidemiin vejolaš dávdamearkkaid ja árvolašvuodain, dassážiigo lea áigi guođdit dán eallima.

Uppsala, ođđajagimánu 2017

Johan Sundelöf, Doavttir,
Prográmmahoavda, Betaniastiftelsen



Mii dáhpáhuvvá gorudis eallima loahppageažis?

Jápmín lea eanas dáhpáhusain ráfálaš ja dramátkeahkes. Don oapmahažžan soaitát leat fuolaš makkár dat mañemus áigi šaddá – muhto dat soaitá ráfáiduhttit vehá ahte jápmín eanas dáhpáhusain lea ráfálaš ja dramátkeahkes. Ii leat nugo olmmoš soaitá jáhkkit ahte dat gii lea skibas beare lihkestuvvá lodjudit dávdamearkka dihto rádjái dasságo boahtá loahppa. Muhtumin ilbmet váttis dávdamearkkat maid ii leat álki časkilit. Muhto eanas dáhpáhusain bargoveahka sáhttá váidudit dávdamearkka nu ahte buohcci ii dárbbat gierdat bákčasa, eaige eará dávdamearkkat váivvit ja dan sajis dovdat miellaráfi.

Váibbasvuohta

Go jápmín lahkona dat gii lea skibas fámohevuoda geažil beroštisgoahtá ain unnit iežas birrasis. Olmmoš oadđá eanet ja čiekŋu eanet ja eanet iehčanasvuhtii. Muhtumin miella moivváska mii boahtá ja manná.

Árra mearkkat jápmima lahkoneamis:

- Unnu beroštupmi/unnon fuomášupmi birrasii dehe birrasa dáhpáhusaide. Olmmoš giessasa iehčanasvuhtii.
- Váibbasvuohta mii ii buorrán vuoigŋastemiin.
- Nealgi ja goiku váilu.

Mañemus mearkkat jápmima lahkoneamis:

- Cissandárbu unnu ja nohká.
- Das gii lea skibas jurddašeapmi váidu dehe son menohuvvá.
- Gehppes, dássehis vuoigŋan, soaitimis gaskkohagaid vuoigŋakeahtá.
- Ruosttas vuoigŋan.
- Galbma, alihasti giedat ja juolggit.
- Soaitimis leabehis ja ravku lihkestagat.

Borranhállu ja goiku jávká

Juobe borranhállu ja goikui lea váikkuhus eallima loahppageažis. Lea álki jurddahallat ahte hedjoneami sivvan lea buohcci nealgun. Muhto ieš alddis nuppe ládje, dat gii lea skibas ii jáme danin go son ii bora dehe juga, dat gii lea skibas heaitá borrame ja juhkame daningo lea jápmime.

Buot olbmot geain lea duođalaš, bistevaš, skibasvuohta šaddet áiggi mielde dillái go gorut ii šat bastte váldit vuostá dehe golahit dan biepmu mii addojuvvo. Jus dat gii lea skibas dan dilis oažžu eanet biepmu son álgá veadjit heajuid ja vuovssada. Seamme ládje sáhhtá eanet čáhci, omd. goaikkuhus, dagahit ahte čázi čoahkkanearni geahppáide, mii dagaha heaggaátestusa.

Oainnát ii leat mangelágan veahkki dasa gii lea jápmime oažžut biebmoigoaikuha dehe čáhcegoaikuha, dađi bahábut dat soaitá heajudit dili. Ovdáneami ii sáhte jorgalit vaiko man olu biebmu ja čáhci addojuvvo. Hedjoneapmi sivvan ii leat biebmo-dehe čáhcevánis muhto skibasvuođadilli lea doalvume olbmo jápmimii. Maid dan sajis sáhhtá dahkat - ja mii lea buorre veahkki dasa gii lea skibas - geahpidit njálbmegoikkisvuođa láktademiin šliive-

cuocca. Muitaluvvo ahte njálbmegoikkisvuohta lea stuorit váttisvuohta go čáhcevádnu dasa gii lea skibas. Bargoveahka čájeha vissát mot njálbmedikšun dahkko jus dan háliidat.

Cissabuvttadeapmi ja čoalledoaimma

Go gorutdoaimmat hedjonit ja heitet doaimma dat váikkuhit monemaš- ja cissabuvttadeapmái. Cissa šaddá seavdnjadin (álbman) ovdalgo nohkka ollát. Seammeládje baikamearri unnu ja nohkka ollásit.

Leabohisvuohta ja moivváskeapmi jápmindilis

Moivváskeapmi lea dábálaš eallima loahppageažis. Moivváskeami sivvan lea ahte eai leat nuogis fámut “doallat čoahkis” dili ja dalle buohcci moivváska. Dán sullásaš moivváskeami ii sáhte dálkasiiguin dálkkodit. Dálkasiiguin dálkkodeami sajis sáhhtá dahkat eará áššiid skihppá olbmo ráfáiduhttimii. Sáhhtá atnit omd. idjalámppu mas lea heajos čuovga dehe soaitá oainnus seaidnediibmu geahpida.



Olmmošlaš mieldeleahkin ráfáiduhttá

Go soamis čohkkeha skihppá olbmo luhtte, doallá giedas dehe addá lotkkodahtti ruvvena sáhttá ráfáiduhttit. Ráfáiduhtti musihka dávjá atnet árvvus ja áhpsin.

Unnon ipmárdus muhto gullu ja dovdu lea vel

Normála dilli go olmmoš lea jápmime lea ahte ipmárdus unnu ja olmmoš loahpas menohuvvá. Vaikko návccat unnot lea jáhkahahtti ahte dávjá gullu, dovdu ja soaitimis hádja doibmet oalle guhká.

Dát dagaha ahte oapmahažžan sáhtát dárbbahit sárdnut dainna gii lea jápmime dehe it. Mánggat skihppá olbmot ráfáiduvvet go guoskkaha dehe ruvve vaikko eai leat gohcime.

Vuoignan

Akta dovdomearka ahte skihppá olmmoš lea eallima loahppageažis lea ahte vuoignan hedjona, šaddá geahppaseabbon ja soaitimis eahpedásset. Bisánaddá ja fas álgá. Oapmahažžan soaitá dovdot hirbmat lossadin čohkkehit skihppá olbmo guoras dieđitkeahttá bohtágo šat vuoignahat. Nubbi dovdomearka eallima loahppageažis lea ahte njunneráiggit sturrot, njunnesieknjavuoignan, man sáhttá áicat ahte njunni šaddá bastileabbon, seakkibun, muhtumin vielgadeabbon.

Suvrradikšun eallima loahppageažis

Lea dábálaš ahte oapmahažžan jierástuvvá go skihppá olmmoš hedjona mii čuohcá vuoignahakkii. vuoignamii. Dábálaš ja lundolaš jurdda lea veahkehivččego skihppá olbmo suvrrás omd. vuoignanboatkkaid. Muhto duohtavuodas suvrradikšun eallima loahppageažis ii leat mearkkašahtti daningo skihppá olmmoš ii dalle leat gozuid alde iige dalle bastte ipmirdit dan suvrralasideami. Jus skihppá olbmoš lea ipmárdus ja dovdá heakkaheadi soitet eanas dáhpusain vuollegis morfiidnaaddosat buhttet suvrra vuoignanboatkkaid.

Danin dábálaččat ii leat váttisvuohta vaikko ii leat sadjosis suvrra divššus eallima loahppageažis. Muhto dat leat skihppása dovdamušat mat stivrejit: jus olbmos juo guhkit áiggi lea leamas suvrra ii dárbbat luohpat dan dorvovolašvuođas eallima loahppageažisge beroškeahttá ákkas. Go skihppá olbmos ii leat šat ipmárdus attus ferte ođđasit árvoštallot vejolaš vásihuvvon váikkuhussii.

Sidus

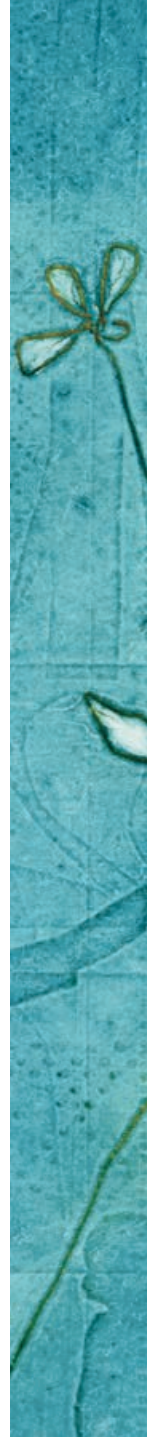
Dihto dáhpáhusas ilbmá sidusvuohta jur loahppageažis man šliivi dagaha go luoitá ja loktana čoddagis. Oapmahaš soaitá muhtumin headástuvvat dán sidusvuođa dihte. Muhto dat geas ii leat ipmárdus ii vissát váivašuva dán sidusvuođas. Šliivvi/sidusvuođa ii leat dárbu váldit eret. Šliivvi njamman váivvida njielu iige unnit sidusvuođa. Aliduvvon oaivuloš eaige vellehansaji divvumat leat farmalogalaš doaimmat mat veahkehivčče.

Liiki ja gorut

Akta dovdomearka varrajohtui váikkuheapmi lea go jápmin lea lahkoneame ahte giedat ja juolggit šaddet galbmasat ja sáhpodit. Nubbi dovdomearka lea ahte liiki šovkkoda ja fiskkoda daningo varra ii nagot šat gođđosii go gorut ferte vuoruhit ealas orgána varrafuolaheamis. Juolggit ja gilggat (seakkaš) sáhttet šaddat vehá čáhppesalihin ja girjjagin.

Feberreakšuvdna

Muhtumin jábmi olmmoš oažžu feberreakšuvdna, son bivastuvvá, lieggana, ruvssoda vehá, vaikko juolggit leat ain galbmasat. Jus skihppá olmmoš ii váivašuva feberis ii dárbbahuvvo febervuolidan dálkkas. Dásnai oažžu ávki veardiduvvot váttuin.



Makkár doarjja gávdno oapmahažži?

Buot oapmahaččain, nu ráves olbmuin go mánáin, lea lágalaš riekti oažžut, diehtajuohkima, ráđiid ja doarjaga. Dus lea riekti oažžut maid dieđu mot dat gii lea skibas buoremusat sáhtá oažžut doarjaga.

Gieldda veahkkeruhtagiedahalli dutká ja mearrida doarjabijuin olggobealde buohcievesu Veahkkedoarjjagiedahalli dutká maid ruovttudivššu, mieđusteadđi, vuoruheami ruovttus, sierra orohaga, oanehisáigásašorohat dehe molssadivššu dárbbu. Veahkkedoarjjagiedahalli sáhtá maid addit dieđu makkár doarjja gávdno du gielddas. Dihto eanadikkiin lea maid buohcčairras gii sáhtá addit eanet dieđu. Eavttut ja dásit buhtadussii ja gieđahallanrutiinnat leat sierralágánat guđege gielddas. Sáhtá váldit aktavuoda veahkkedoarjjagiedahallin gieldda veaksila bakte vai oažžu dieđu mii lea vuommis iežas gielddas.

Eanet diehtu oapmahašdoarjagis lea www.anhoriga.se

Oapmahašruhta

Lea vejolaš oažžut oapmahašruđa vai beassá leahkit skihppása luhtte váldditkeahhtá luomu.

Dáhkáduskássa mieđiha ja máksá oapmahašruđa. Oapmahašruđa oažžumii dárbbahuvvo doavtterduodaštus mii guđđojuvvo Dáhkádusgássái. Duodaštus dahkko buohcci namas ja sáddejuvvo Dáhkádusgássái mii dan mañnil mieđiha oapmahašruđa. Oapmahažžan dii cui-gebehtet ovtta ja seamme duodaštussii. Buhtadusa oažžumii don fertet ieš diedihit ahte don háliidat buhtadusa olles dehe bealle beavvi. Buohcci oapmahaččas lea riekti eanemus 100 beaivái. Buhtadusa sáhttet loktet sierra oapmahaččat, akta gearddiin ja sierra gearde. Sártno vásto doaktáriin ja bivdde duodaštusa jus leat dehe boadát leahkit beroštuvvan vejolašvuodas loktet oapmahašruđa.

Eanet diehtu lea www.forsakringskassan.se

Lágasmearriduvvon riekti bistevaš dikšunaktavuhtii

Oapmahažžan eallima loahppageažis dus lea riekti bissovaš dikšunaktavuhtii mas lea vástu divššu ovttasteamis ja plánemis. Plánen galgá hábmejuvvot nu ahte lea álki buohkaide, geat oassálastet dikšui diehtit mot dat galgá čađahuvvot go bissovaš dikšodoalli ii leat báikki nalde. Jus ilbmá dárbu de lea doaibmahoavda, juohke doaimmas geainna buohccis lea aktavuoha, geas lea vástu ahte bissovaš dikšunaktavuodadoalli ordnejuvvo. Sártno millošit soapmásiin bargoveagas, omd. vásttolaš buohccedivššáriin dehe doaktáriin, jus háliidivččet bissovaš dikšunaktavuodadoalli.

Veahkkeneavvut

Mánggat oapmahaččet dovdet ahte deháleamos doarjja lea duođalaš čovdosat duođalaš váttevuođaide. Dat soitet leahkit sierralágan veahkkeneavvut mat geahpidit persovnnalaš ráinnasvuoda, nuoladeami ja gárvodeami, fárrema, cissadoallannávccahisvuoda dehe deattaháviid eastaleami/dikšuma. Bargoterapevta, fysioterapevta (buohccelášmmohalli), buohccedivššár ja fuolahanbargoveahka geat galget bearráigeahččet ja veahkehit din geahččalit sierralágan veahkkeneavvuid mat doavumis dagahit árgabeavvi vehá álkibun. Veahkkeneavvogolut leat sierralágánat sierra gielddain.

Eanet dieđut oapmahačča skuvlejumis ja doarjagis gávnnat www.anhoriga.se



“Nagodit” mearritkeahtes áigge

Jurddaš ahte fertet “nagadit” olles mátkki. Ii giige dieđe dárkilit makkár dávdajohtu boahdá leahkit, muhtumiidda lea jearaldat beivviin dehe vahkuin, earáide sáhtá leat jearaldat mánuin. Danin soaitá šaddat lossadin jus dus lea ila”alla veaksil”juo álgu rájis. Dássi ferte leat vuogas ja realisttalaš.

Sártno millosit bargoveagain mot háliidat diehtjuohkima sierra áššiin. Lea omd. dehálaš ahte dovddat oadjebasvuoda ahte bargoveahka dieđiha jus juoga rievdá mii dagaha ahte šaddat jođánit boahtit dohko - dehe ahte sii muitalit jus sii eai liiko ahte guođát buohcci.

Seamme áigge lea dehálaš diehtit ahte soitet dáhpáhuvvat válbmekeahtes áššit. Ii sáhte gassege dáhkidit ahte don oapmahažžan lih-kostuvalit leahkit báikki nalde jur jápminbottu. Dávjá soaitá nu ahte dat gii lea buohcci “geavta dili buorrin” go ii giige leat lanjas. Ii leat mihkkege eahpelihkostuvvan ahte ii lihkostuva leahkit doppe go jur dalle go olmmoš gean ráhkista vádjola. Olmmoš ii galgga leat ila garas iežas vuostá. Ale bala dadjat bargovehkii jus háliidat báhcit/oadđit lanjas dehe ossodaga lahkosiin. Eanas dáhpáhusain dan sáhtá čovdit.

Guhkes áigigo lea vel? - jearaldat vástádusahaga

Dábálaš jearaldat masa prinsihpas lea veadje-meahttun vástidit lea ”guhkes áigigo lea vel buohccis vel eallit?” Bargoveahka galgá vealtit addime dihto áiggi daningo lea stuora riska ahte buohcci dehe oapmahaš lássasa áigedihtui mii dávjá ii doala deaivása. Duohtavuohtha lea ahte ii giige dieđe vissásit.

Lea buoret dan sajis geahččalit vuodjut dahkat juohke beavvis nu buori go vejolaš daid eavttuid vuodul mat addojuvvot.

Sáhtángo vuolggit reisui?

Muhtumiin lea oapmahažžan plánen reaissuid dehe eará dáhpáhusaid ja eahpida duostágo vuolggit reisui ja guođđit buohcci. Sáhtángo vuolggit reisui. Duosttango vuolggit reisui. Lea buoremus ahte ieš mearridat mot galggat dahkat. Lea dárbbasmeahttun váldit riskka ahte dovddat vuolgán soamis eará olbmo neavvagas ja de gáđat. Jus eahpidat reisema lea akta ráđđi jurddahallat mot dat gii lea buohcci livččii háliidan du dahkat. Dehe vel buoret, jus lea vejolaš sárdnut dainna gii lea skibas. Dávjá boahotá vástádus : “Dat lea sealvi ahte galggat vuolggit!” Lea álki vajálduhttit jur dan vejolašvuoda ahte sárdnu skihppá olbmui. Dat guoská maid go olmmoš čohkkeha bálddas jávohaga ja jurddahallá maid dat skihppá olmmoš jurddahallá vellehettiin. Jeara! Soitet šaddat fiinna ságasteamit!

Muhto deháleamos lea ahte ieš guorahalat mot dovdolii jus dat gii lea skibas jápmá dan botta go leat eret. Gáđalitgo? Daningo mii eat sáhte váldit ruovttoluotta áiggi.

Muitte ahte dii geat lehtet oapmahaččat sáhttibehtet dahkat sierra ládje, buohkat eai dárbbat dahkat seamme ládje. Dat ahte lea soabadan dainna gii lea skibas soaitá leat vuohki ahte dovda leahkit nanus mearrádusastis. Dalle ii daga maidege maid birrasa sierra olbmot dadjet dehe atnet.

Vealtit vásttu ja vealggi dovdama

Oapmahažžan don sáhtát, mii guoská divššus plánema, mediinnalaččat vástu bargoveaga veahkeheami, ipmirdit mot dat gii lea skibas háliidivčče ahte galggalii dahkat, jus son livččii sáhtán doaibmat. Don sáhtát maid dieđihit mot ipmirdat dili, ja orruge dat plánen mii jurddahuvvo ja evttohuvo jierpmálaš.

Dan sadjái lea álo doaktára vástu mearridit eallimaguhkidan divššus luohpama ja heaitiheami. Lea dehálaš ahte dovddat ahte dat vástu, vaikko du oainnut leat dehálaččat ii goassege sáhte bidjot du nala oapmahažžan.



Eará doaivva gávdnan

Juobe dilis gos dálkkodeapmi ii leat šat vejolaš, sáhtta dahkkot olu vai olmmoš gii lea skibas galgá dovdat bures dávdamearkkaid geahpideami ja dovdat miellaráfi. Lea dárkkuhus gávdnat dan mii lea doaivvalaš dasa gii lea skibas. Doaivva ii soaitte dakkaviđe leat čielggas, muhto juobe navdovuvvon doaivvahi dilis soaitá doaivvalaš ihtit veháš gearddiinis.

Jurddat ahte it vuordde ilá guhká didjiide dehálaš áššiid čađaheamis. Vaikko atnibehtet ahte lea nuogis áigi dii fertebehtet doapmat, daningo ii giige dieđe makkár lea dilli ovddos guvlui.

Buohccin ja oapmahažžan galgá álo leat dovdu ahte ii leat vajáldahtton. Bargoveahka lea báikki nalde du guoras, vai beassá addit dan doarjaga mii dárbbahuvvo juobe divššus eallima loahppageažis.



Betaniastiftelsen

BETANIASTIFTELSEN

Postadress:
Högbergsgatan 13
116 20 Stockholm
p. +46 (0)8-641 51 91
info@betaniastiftelsen.nu
www.betaniastiftelsen.nu

BUVTTADEAPMI

Čálli, redaktevra
Johan Sundelöf, MD,
PhD, Prográmmahoavda,
Betaniastiftelsen
Jorgaleapmi ja dárkkisteapmi
Care to Translate

Hábmen

Ohlsson Stridbeck
Illustrašuvdna "Livslänkar"
Rebecka Sundelöf
Deaddileapmi
Wessmans Musikförlag AB,
Visby

ISBN 9789187267000





Betaniastiftelsen



9 789187 267000