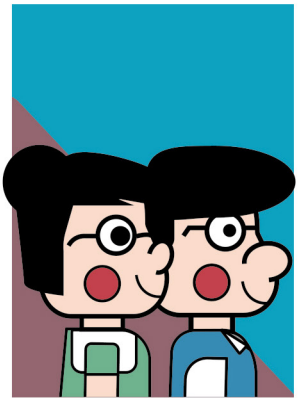
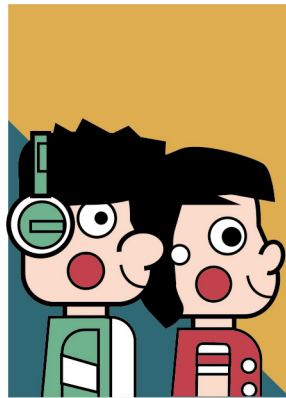


晚晴照顧手冊



姓名： _____

填寫日期： _____

策劃及捐助：



香港賽馬會慈善信託基金

合作院校：



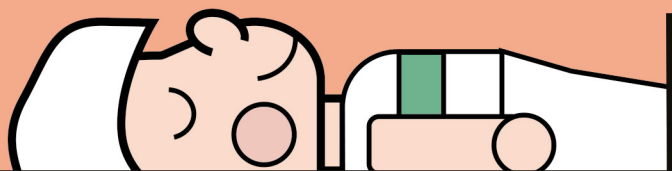
香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學
賽馬會老年學研究所
CUHK Jockey Club Institute of Ageing



請掃描二維碼一邊觀看影片，
一邊填寫晚晴照顧手冊內容！



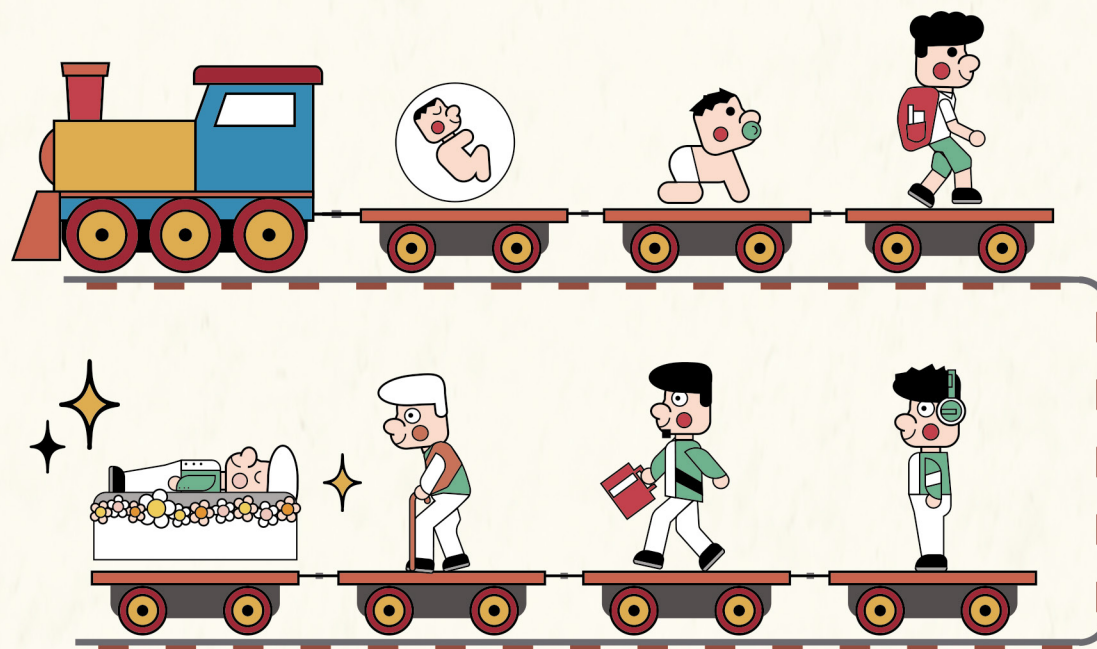
目錄

人生列車的完美一程	P.2
「五福臨門」第五福 — 「善終」	P.3
為何要預先計劃人生最後一程？	P.3
如何計劃人生最後一程？	P.4
個人價值和心願	P.5 - 6
擔心和恐懼	P.7
了解病情	P.8
治療方向	P.9
人生晚期照顧的意向	P.10 - 11
接受晚期照顧的地方	P.12
維持生命治療（維生治療）	P.13 - 15
家人的了解	P.16
財務安排	P.17
身後事安排	P.18
預設醫療指示	P.19 - 20
相關資源	P.21

我們每個人都坐着自己的人生列車，從出生的起點站開始，一路經歷不同的人生旅程，由學業、工作、結婚、生兒育女、安居置業、以至退休…

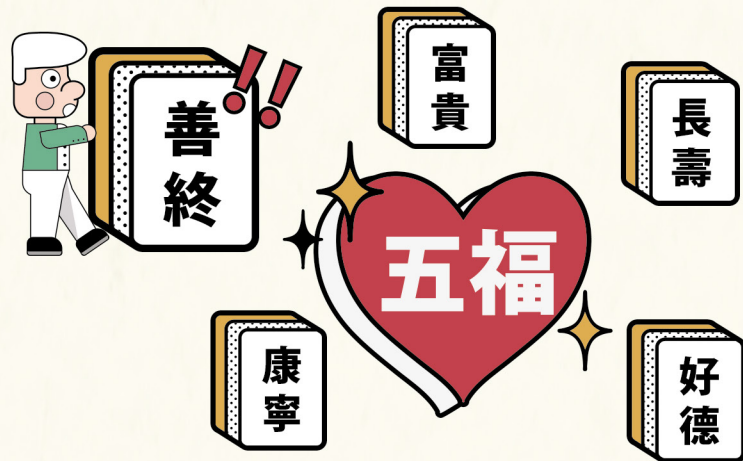
列車上，會有家人、朋友或遇上不同的人與我們同行，有人上車、有人落車，有聚有散…

當列車駛近終點站的時候，您希望怎樣渡過？您又可以如何與身邊的家人和摯愛分享您的想法？



「五福臨門」第五福-「善終」

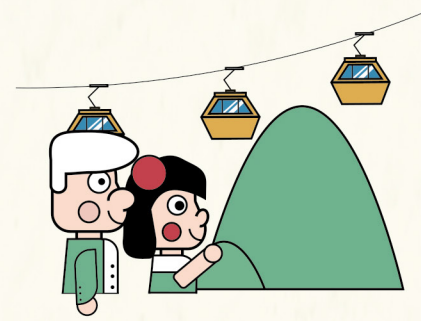
若我們能在人生的最後一程中沒有痛苦和擔憂，並且有尊嚴和舒適地離世，便能為人生畫上完美的句號，亦即「五福臨門」的第五福 - 「善終」。



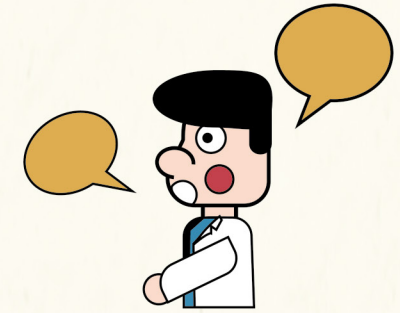
為何要預先計劃人生最後一程？

- ✓ 趁自己神智清醒時早作安排
- ✓ 作出適合自己的醫療決定
- ✓ 能夠滿足自己的護理需要
- ✓ 減少焦慮和不安
- ✓ 預早溝通，讓家人較易適從 / 執行自己的意願
- ✓ 增加家人對自己的了解，減少家人在作出醫療決定時所面對的困難和壓力

如何計劃人生最後一程？



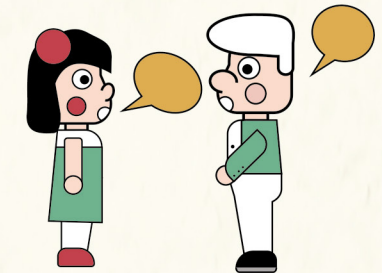
訂出想完成的心願



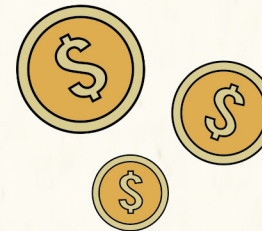
向醫護人員了解
病情及預計之後的情況



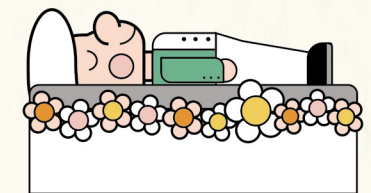
認識「預設照顧計劃」/
「預設醫療指示」



與家人商討照顧和
治療模式



財務安排（如訂立
平安紙、持久授權書）



身後事安排
（喪禮、殮葬形式）

個人價值和心願

當健康進一步轉差時，有甚麼心願是您希望能夠達成的？

(例如：見證孫女的出生、慶祝90歲大壽、回鄉探親)

1. _____
2. _____
3. _____



這些年來，令您最開心的是…

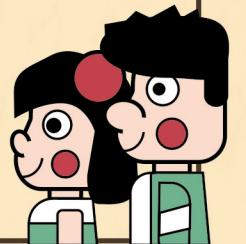


您最喜歡的人和事(例如：家人的探望和陪伴、牧師

為您祈禱、食雪糕、身體保持整潔)



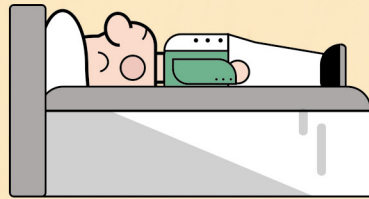
您有甚麼話想跟家人 / 朋友說？



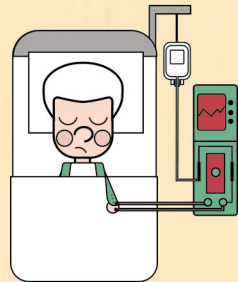
擔心和恐懼

當病情到了晚期時，您最擔心和害怕的是什麼？

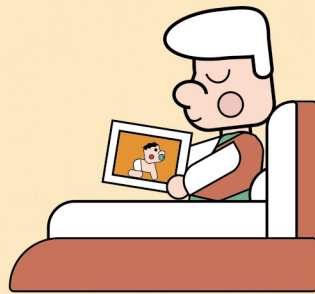
(可選擇多項)



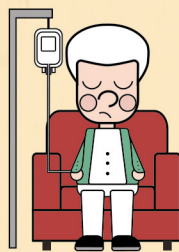
死亡的過程痛苦



住院的經歷
(如吊鹽水、
陌生的環境)



心願未了



沒有人陪伴

其他：_____

了解病情

作為一個病人，您希望知道自己的病情嗎？

我希望醫生或家人向我如實告知病情



我不需要醫生或家人向我如實告知病情，並由他們商量後為我作出醫療安排 (跳至下頁)



您想知道病情最基本的消息，還是希望知道得越詳細越好？

最基本的消息

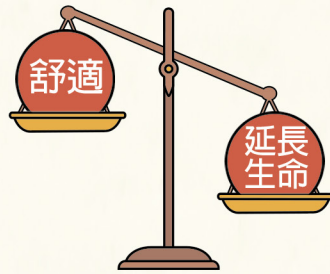
越詳細越好

治療方向

當病人因病情不斷惡化而須面對治療的決定時，可因應自己對於晚期照顧的意願，選擇合適的治療。以下為三種可作參考的治療方向，分別是延長生命治療、以舒適為主治療，以及保守治療。

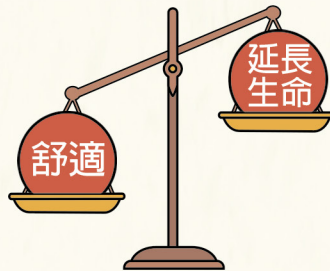
延長生命治療

- 病人會接受所有能維持生命的治療，目的是延長生命。



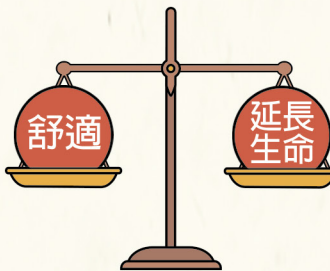
以舒適為主治療

- 以控制和紓緩症狀為主，目的是讓病人感到舒適和維持生活質素。



保守治療

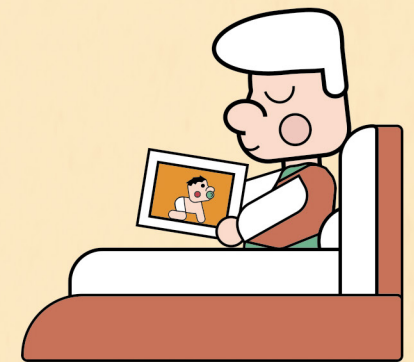
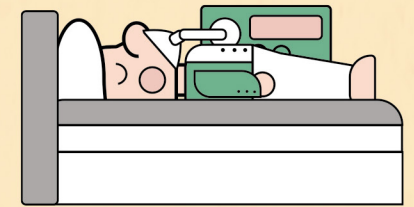
- 這是較中庸的做法，其中一個目的是維持生命，而治療帶來的不適屬可接受程度。



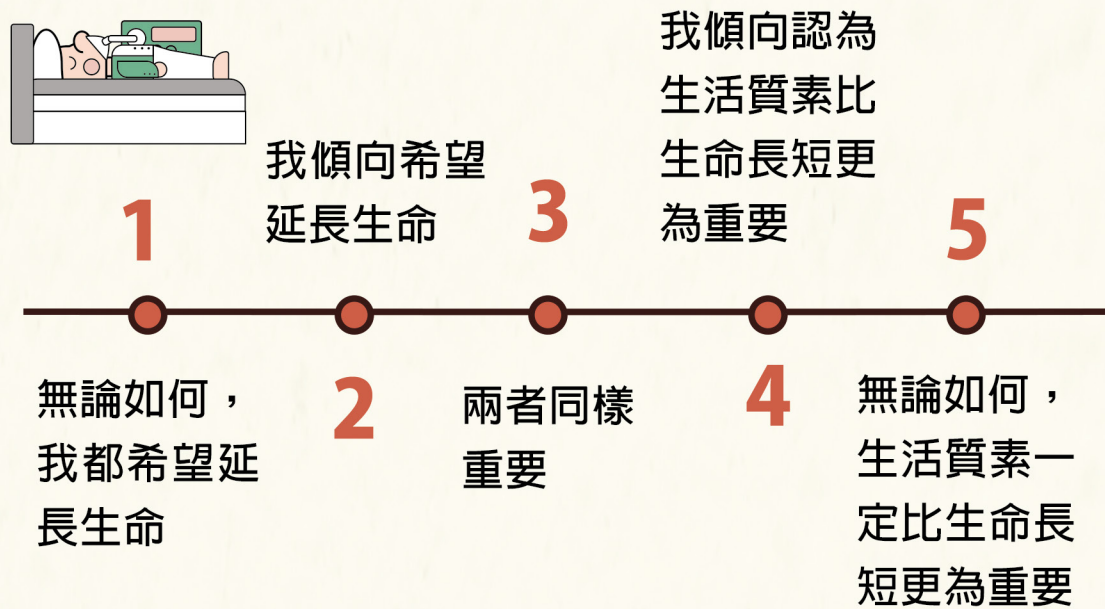
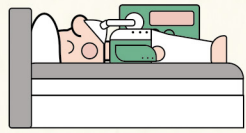
人生晚期照顧的意向

當自己患上嚴重疾病或病情到了晚期，而須要作出醫療決定時，您會選擇：

- 儘量延長生命，即使有可能承受更多痛楚或不適
- 儘量紓緩痛楚及不適，即使有可能更快面對死亡/不能延長生命



您會如何在晚期生活質素和生命長短中作出取捨？
(請圈出答案)



原因： _____

您希望在接受晚期照顧的過程中保持清醒嗎？

即使可能感到不適，我也希望能保持神智清醒

即使可能會昏昏欲睡，我也希望使用足夠的藥物

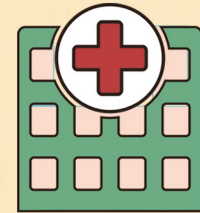


接受晚期照顧的地方

您最想在哪裡接受晚期照顧及離世？



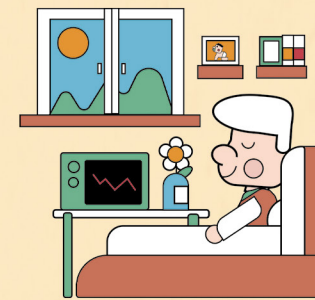
院舍（如安老院）



醫院



家中



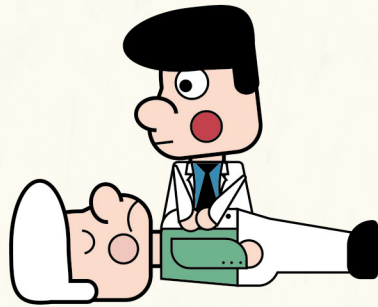
寧養中心 / 紓緩治療科病房

其他： _____

維持生命治療 (維生治療)

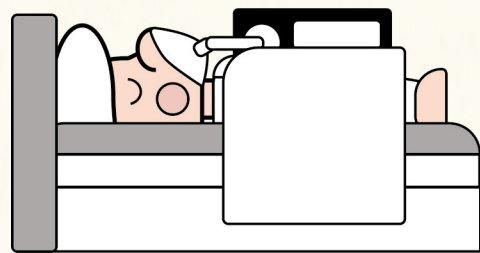
以下是維持生命治療的一些常見例子：

1. 心肺復甦術 (CPR)



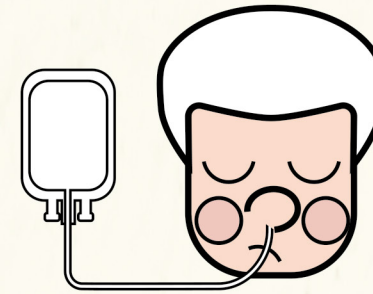
當病人心跳停止時，以胸外按壓或電擊法，嘗試使心臟重新跳動。

2. 人工輔助呼吸 (呼吸機)



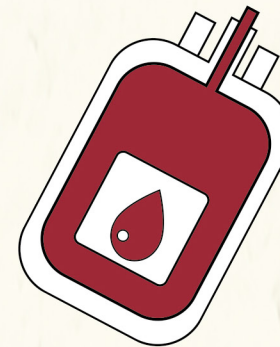
當病人無法自行呼吸時，透過機器經喉管或面罩輸入氧氣，以協助呼吸。

3. 人工營養及流體餵飼 (胃喉)



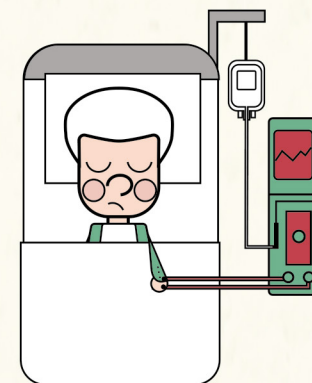
當病人無法進食或吞嚥時，經由導管提供營養和水份。

4. 血液製品 (輸血)



當病人因患病而缺乏某些血液成份時，便可能須要進行輸血 (紅血球、血小板、血漿等)。

5. 透析治療 (洗腎)



當病人腎功能衰竭時，以人工方法清除身體中的廢物和多餘水份，可分為腹膜透析 (洗肚) 和血液透析 (洗血)。

當自己患上嚴重疾病或病情到了晚期時，您是否希望接受以下的治療以維持生命？

假如您的心臟已經停止跳動，您是否希望接受心肺復甦術以刺激心臟再次起動？

不願接受 希望接受 未能決定

原因： _____

假如您因肺功能衰退而不能自行呼吸，您是否希望以人工輔助呼吸機協助呼吸？

不願接受 希望接受 未能決定

原因： _____

假如您因吞嚥功能衰退而不能進食，您是否希望接受導管餵飼？

不願接受 希望接受 未能決定

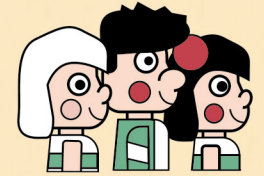
原因： _____

如果現時未能決定，可於將來因應自己的身體狀況再作決定。

家人的了解

您有否向親人表達過您對於臨終照顧的意願？

有，他/她是： _____



沒有

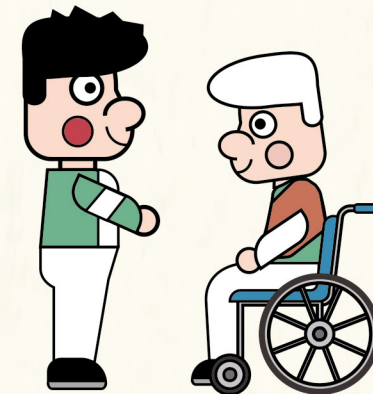
如果家人未知您的意願，鼓勵您跟家人一起分享和商討有關臨終照顧的決定。

當您無法作出醫療決定時，您希望由誰替您作出決定？

能代表您做決定的人是： _____

關係： _____

聯絡方法： _____



財務安排

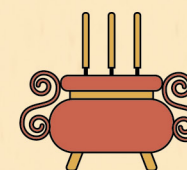
病人在有精神能力時擬訂一份財務文件清單，能讓親朋於日後更容易為自己處理財產。

	項目	文件存放位置/聯絡人
可動產	銀行戶口	
	保險箱	
	強積金基金	
	股票/債券/基金	
不動產	房屋	
	土地	
文件	出世紙	
	畢業證書/結婚證書	
	遺囑	
	持久授權書	
	預設醫療指示	
	墓地或靈灰位的證明文件	
其他		

身後事安排

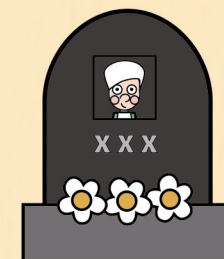
您想選擇哪一種喪禮儀式？

- 道教
- 佛教
- 基督教
- 天主教
- 回教
- 其他： _____



您想選擇哪一種安葬儀式？

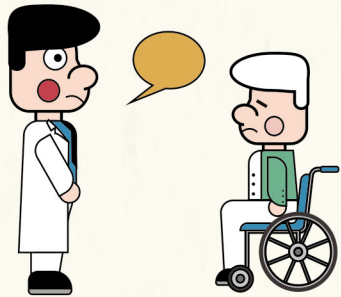
- 土葬
- 火葬（骨灰龕）
- 海葬
- 紀念花園葬
- 其他： _____



預設醫療指示

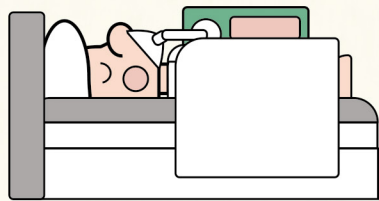
預設醫療指示是病人清醒時與家人、醫護人員商討後，以書面方式記錄的表格，列出哪種情況下，不接受哪些維生治療，期望自然離世。當喪失自決能力時，「預設醫療指示」會按照病人預先的意向生效。例如：

第1類



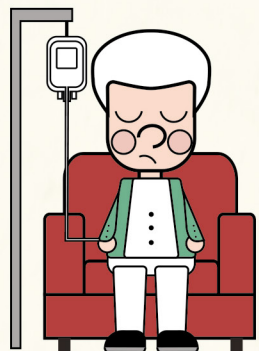
病情到了末期

第2類



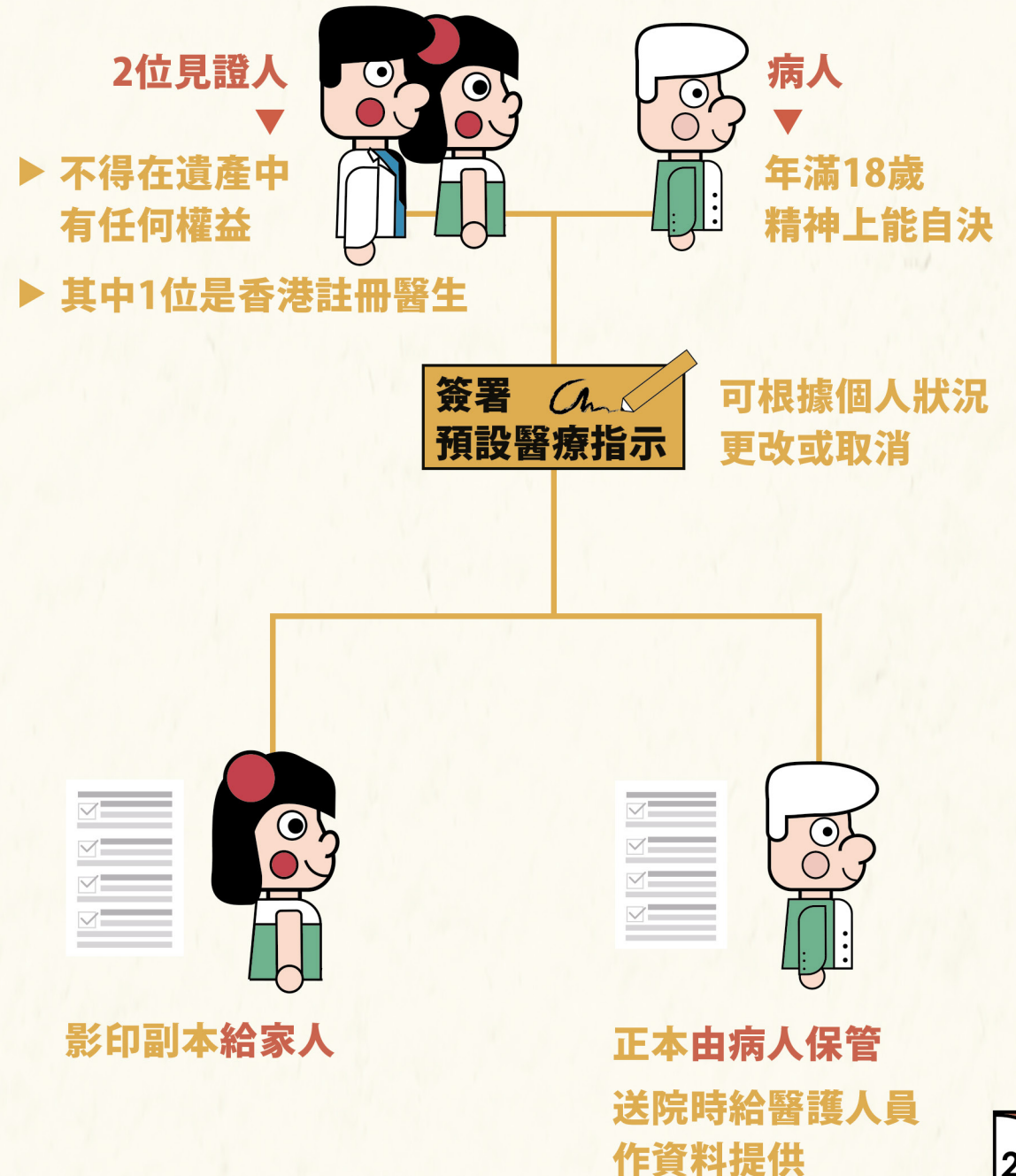
持續植物人狀況或
不可逆轉的昏迷狀況

第3類



其他晚期不可逆轉的生存
受限疾病
(例如:晚期腎衰竭、晚期
運動神經元疾病、晚期慢
性阻塞性肺病)

簽訂「預設醫療指示」的注意事項



相關資源

安寧照顧刊物：「吾該好死」

歡迎瀏覽以下網站或掃描二維碼下載
有關刊物



<https://bit.ly/3HwoM4S>



如欲了解更多關於晚晴照顧的資訊，歡迎瀏覽香港中文大學賽馬會老年學研究所「安寧服務培訓及教育計劃」的網站或掃描二維碼：

<https://bit.ly/3qRPEX0>



其他賽馬會安寧頌出版刊物

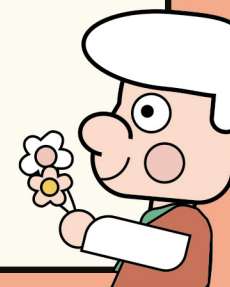
<http://foss.hku.hk/jcecc/zh/資源/出版刊物-2/>



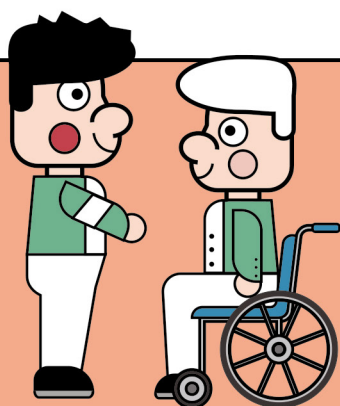
現誠邀閣下就此「晚晴照顧手冊」
提供您的寶貴意見。

網上問卷連結：

<https://bit.ly/3oU7RAE>



此書所提供的資料，只作參考之用。由於每人身體狀況各異，病情亦可能隨時出現變化，閣下應按照個人情況，與家人及醫護人員密切商討有關晚期照顧及治療方法的事項，並定期檢討。此外，閣下如對醫療或法律範疇有任何疑問，應考慮尋求專業意見。



詳情及查詢

電話：3943 9208

傳真：3942 0939

電郵：cuhkeol@cuhk.edu.hk

網址：<https://www.ioa.cuhk.edu.hk/end-of-life-care/>

地址：香港新界沙田香港中文大學康本國際學術園12樓1207室

香港中文大學賽馬會老年學研究所

