

香港中文大學那打素護理學院 流金頌培訓計劃

CTP003: 慢性疾病處理及臨終關懷

公眾講座 (五)

主題：晚期病人的心路歷程

2012年10月18日 (星期四)



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

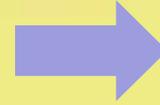
面對癌症/死亡的情緒反應

- 震驚和否認
- 憤怒
- 討價還價
- 憂鬱
- 接受

(伊利沙伯·古樂·羅斯)

博曼醫生(Dr. Robert Buckman)的三個階段

1. 面對死亡威脅的反應期



- 複雜的情緒
- 病者的性格、生活態度，決定了他們對死亡威脅的情緒

2. 病發時期



- 情緒會隨著病情而波動
- 情緒會進入持續失望與希望之間

3. 最後時期



- 對死亡較為接納的病人，內心轉為平和
- 仍然抗拒死亡的病人，心情仍內停留在第二階段

華人社會四個死亡理論

➤ 梁應安博士《直教生死兩相安》

1. 回應惡耗期	病者的回應基於其性格及價值取向	讓病人表達感受想法及不接受的情緒
2. 積極另類治療期	一般另類治療如：中藥，中成藥，氣功	鼓勵，支持，討論治療方向
3. 積極頤養治療期	接受舒緩治療服務	開放的心談及死亡
4. 臨終期	分為兩個主導：昏睡主導及幻覺主導	陪伴，道別，盼望

臨終病人的獨特

過去受
照顧的經驗

- 如何被照顧
- 照顧的環境
- 死亡的形式

個人因素

- 性格
- 人生經驗
- 信仰/信念
- 需要
- 角色/ 資源
- 親友
- 患病的經歷

社會因素

- 社會文化
- 社會對死亡及病患的看法
- 對生命倫理的觀念

性格的因素

- 不同性格的人有不同的反應

磨礮型	堅持到底，絕不放棄，他與死亡奮戰，並一直否認將死的事實
認命型	非常安靜，深思究理
輕蔑型	不相信自己即將死亡，對於別人的援手嗤之以鼻
歡迎型	厭世，正準備隨時離去
恐懼型	強烈地恐懼死亡，他們奮鬥到底是因為害怕死亡，而非求生意志

無懼型	對死亡表現出一副無畏的樣子，甚至設法使他人的懼意緩和
沒事型	明顯地對結果不甚關心，表現出無事的怪模樣
克制型	面對死亡，他們一樣感到焦慮，只不過無論任何原因，都拒絕表現出沮喪的樣子
逆境中求勝型	無論如何，不讓自己沮喪，他們維持和身邊友人的消遣，以笑鬧到最後一刻

(David Carroll, 1988, p.91-92)

心靈的痛苦

- 臨終時最痛不是肉身的痛，而是心靈的痛，
心靈的痛包括：
 - 面對死亡時才發現沒有好好地活過
 - 面對死亡時，才領悟到「生存」是可貴的
 - 分離之痛
 - 不被寬恕
 - 失去盼望
 - 與身邊的人，包括親友及護理人員沒有信任的關係
 - 失去活著的意義

對死亡產生焦慮及害怕

- 害怕痛楚：身、心、社、靈(全人)的痛
- 害怕死時孤單
- 害怕不舒服的感覺
- 害怕成為家人及社會的負累
- 害怕自己消失
- 害怕死後審判：天堂與地獄
- 害怕死亡是害怕生命的結果

(Alfons Deeken)

接納死亡

- 接納死亡不等同放棄生命
- 不再糾纏於「為何是的？」的問題上
- 在病患中爭取最佳的生活質素
- 在有限的時間內活出生命的意義

臨終前後悔的25件事 (大津秀一)

1. 沒有做自己想做的事
2. 沒有實現夢想
3. 做過對不起良心的事
4. 被感情左右度過一生
5. 沒有盡力幫助過別人
6. 過於相信自己
7. 沒有妥善安置財產
8. 沒有考慮過身後事

(大津秀一, 2010)

9.沒有回故鄉

10.沒有享受過美食

11.大部分時間都用來工作

12.沒有去想去的的地方旅行

13.沒有和想見的人見面

14.沒能談一場永存記憶的戀愛

15.一輩子都沒有結婚

16. 沒有孩子

17. 沒有看到孩子結婚

(大津秀一, 2010)

18. 沒有注意身體健康
19. 沒有戒煙
20. 沒有表明自己的真實意願
21. 沒有認清活著的意義
22. 沒有留下自己生存過的證據
23. 沒有看透生死
24. 沒有信仰
25. 沒有對深愛的人說「謝謝」

(大津秀一, 2010)

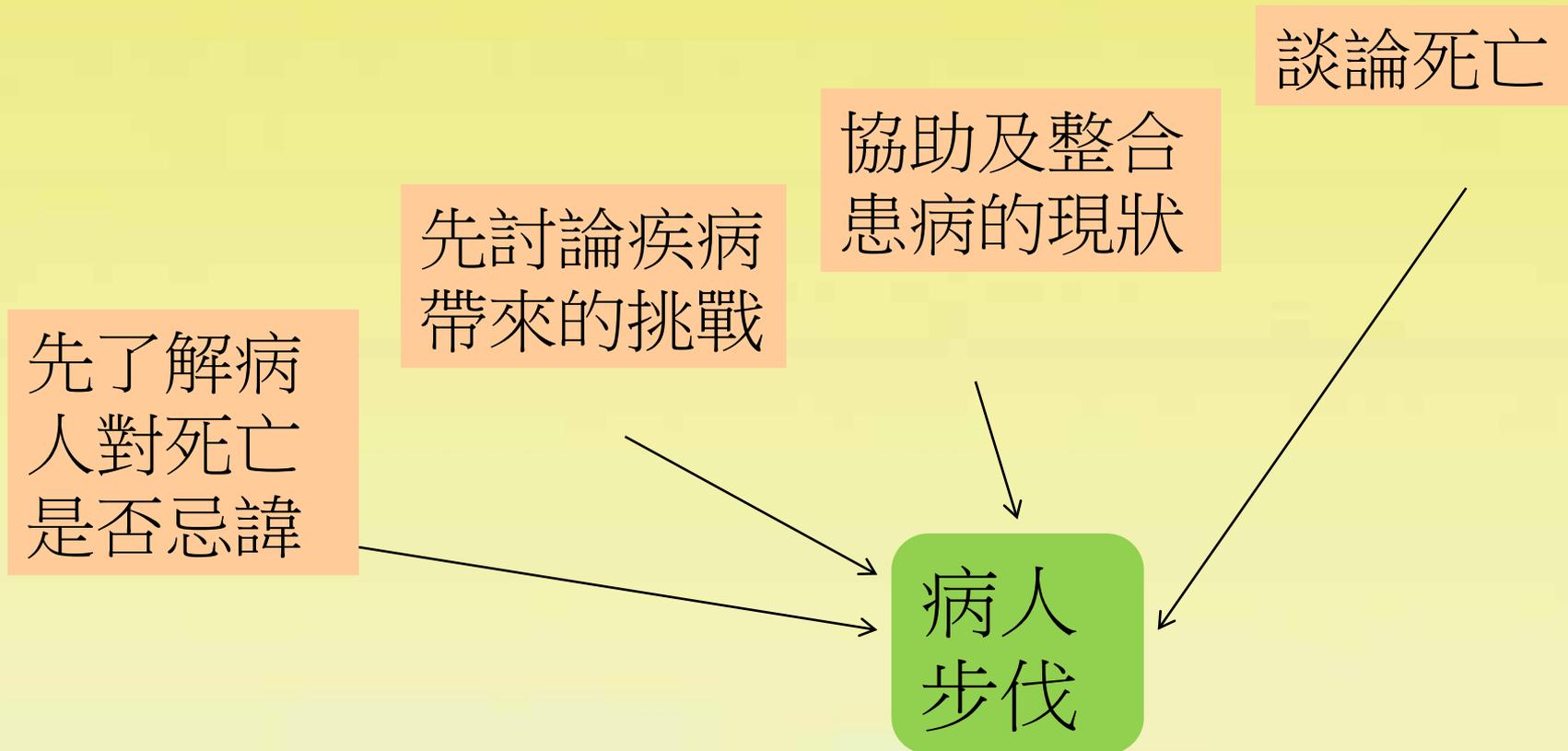
善終的意義

善終的意義	方法
身體平安：無痛，舒服，尊重病人治療方法，臨終時沒有體，折磨，活動自如，清潔身，過程不要太長	<ul style="list-style-type: none">•徵狀控制•自主護理，如：自行如廁•護理及整潔•DNR (不作心肺復甦法)
心理平安：認，放下，沒有爭扎，不孤獨，不恐懼，心事已完，在自己喜歡的環境	<ul style="list-style-type: none">•接受及承認死亡•愛與被愛，陪伴，溝通，同理心
思想/靈性平安：意義的一生寬恕，盼望，愛，宗教	<ul style="list-style-type: none">•確實死後到一個舒服的地方•活在當下及意義•找到一生中的意義•有信仰，不怕死亡

臨終前溝通的重要

- 一般溝通模式：封閉式，懷疑式，互相偽裝式，開放式
- 良好溝通讓大家可以坦誠地一起面對病帶來的家庭危機
- 能面對現實地陪親人渡過每一天，否認或逃避只是擔誤時間，或錯過臨終治療帶來的好處
- 病人能處理重要的事情或完成未完的心願
- 病人有權知道自己身體的狀況
- 家人能明白病人的期望，如：身後事、治療的選擇

與病人談死亡的方向



有意義的溝通內容

1. 重溫患者的故事

- 帶著興趣去了解一個人的一生
- 從認識對方中，認識自己及家族歷史
- 當病人分享他的個人經歷時，他自己亦在重溫
- 專注聆聽，
- 回應表達欣賞，支持及肯定
- 跟進問題：
 - 欣賞性的問題，愉快經歷，成功經歷，肯定成就，肯定價值觀，
- 這樣可以讓人與人之間建立關係及感情

回饋式回應技巧

我引你為榮

你好努力

你好叻

你好偉大

多謝你

你好勇敢

跟進問題

- 媽媽我小時多病痛，你一定揍得好辛苦，那時你點樣有力量？
- 爸爸，你以前做學師的時候日子如何？為何最後當起老闆來？人生有何轉捩點？
- 媽媽，小時候有什麼反抖事跡？
- 我哋鄉下係點？
- 媽，你的秘制豉油雞點煮？邊個教你？你小時候婆婆如何揍你？
- 你一生最大的成就是什麼？

2. 完成未完心願

- 儘量協助病人達成完美的結局
- 未完心願包括：
 - 滿足願望或夢想
 - 想見的人
 - 留給後人的說話 (承傳)
 - 經歷彼此寬恕，然後接納及放手
 - 你想跟誰說：

對不起

我已原諒你

心中無悔
無恨

- 重遊舊地

3. 後事的安排

- 病人能安排好後事，就能安然及積極面對死亡

1. 病人：亞女日後我百年歸老想火葬，

家人：大吉利事，你長命百歲，

正確：你預先安排好，我們會照你意思去

做，你放心啦，你想我們如何記念你

2. 病人：我估我過唔到今年

家人：大吉利事，無事的

正確：你覺得你的病情如何

3. 病人：咁辛苦，我情願早D死

家人：積極D，吾好諗咁多，你個病一定會好番

正確：我想你一定好辛苦，否則吾會咁諗

4. 病人：亞媽吾睇到時，你地要相親相愛

家人：吾好講呢D嘢，我地吾比你死

正確：我地會懷念你，你的教訓和榜樣會記在心中

5. 面對死亡

- 按照病人的步伐，即他接納及面對死亡的程度與他傾談
- 如病人不想談及死亡，不要勉強
- 如病人願意傾談時，不要轉換話題
- 留意病人一些非直接表達

1. 病人：報告出了，擴散了，我吾想死住

家人：人人都要死，有什麼好怕

正確：這是人之常情，你最怕什麼？

2. 病人：我想快D死，不如一支針打死我就算

家人：你不應該有這想法，做人要積極.....

正確：你一定好辛苦，繼續努力我們會陪你

3. 病人：(昨晚整夜無瞓)今次死梗

家人：吾好諗咁多，無事嘅

正確：我們可以點幫你

4. 病人：我不想食，食唔落

家人：你吾食嘢，就會死，食多D嘢，好快就會好番

我煮得咁辛苦，你都吾食，你是否討厭我，我下次吾來探你了

正確：為何不想食？我陪你一起食

我只擔心你肚餓，吃到就吃一點吧

5. 當病人悶悶不樂時

家人：開心D啦，我哋去飲茶

正確：你諗緊什麼，想吾想講比我知

6. 病人：我好吾捨得你㗎

家人：吾好亂講，你會好番，好番同你去旅行

正確：我哋都吾捨得你，天堂再見

7. 病人：醫生說情況不樂觀

家人：醫生懂什麼！？你一定長命百歲

正確：你認為醫生是對嗎？你自己覺得如何

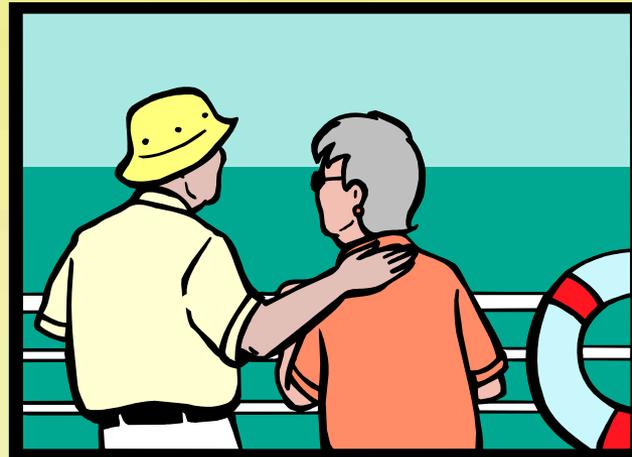
8. 病人：昨晚隔離床個病人走咗了

家人：不好講這些，講D開人嘢，上次.....

正確：咁有否影響你

6. 運用身體語言

- 親吻
- 眼神接觸
- 陪伴
- 輕撫
- 按摩
- 擁抱



7. 病人彌留間

- 握著病人的手
- 替病人抹面，塗潤膚膏，輕輕濕潤口腔
- 談及病人對家人正面的事件
- 病人彌留間，說話時要小心，因病人在聆聽
- 播放柔和的音樂，詩歌，祈禱，經文
- 與病人道別

天家再見

謝謝你

懷念你

我愛你

放心

欣賞你

感激你

關懷者需知

- 不要給病人無助的關心，不要說太多意見、分析、推測、教導
- 不要輕易給醫療意見
- 探訪時間不要太長或太短，亦要留意病人的精神狀況不要坐不聊天
- 不要打擾安寧，先向家人或醫護人員查詢
- 不要送營養品給病人除非病人表示有需要
- 不要主動談及他的癥狀與疾病以防喚起不安的情緒，病人主動提出時不要迴避

- 有需要時轉介社工或院牧
- 關懷時可作一些實務：買東西，出外飲茶
- 坦誠對待及關心他
- 讓他說出不安的感觸，幫助回想過去美好的回憶
- 以最平常對待的方式探訪，聊一些您平常在說的事情
- 靠近探訪對象坐下，消除他的孤獨感

有盼望，死亡不再是恐懼



參考資料

- Chadbourne, J. & Sibert, T. (2011). *Healing Conversations Now: Enhance Relationships With Elders and Dying Loved Ones*. Ohio: Taos Institute Publications
- David Carroll 著，陳芳智譯：《生死大事》(台北：遠流出版事業股份有限公司，1988初版)，頁91-92
- Deeken, A. (2004, Dec). *Life meets Death; East meets West*. Hong Kong Society of Palliative Medicine Newsletter, 3, 4-8
- 大津秀一著，詹慕如譯：《死前會後悔的25件事：1000個臨終病患告訴你人生什麼最重要》(台北市：天下遠見出版股份有限公司，2010)
- 趙可式：《安寧伴行》台灣：天下遠見出版股份有限公司，2007