

# 香港中文大學那打素護理學院

## 流金頌培訓計劃

CTP003: 慢性病處理及臨終關懷

非正規及家庭照顧者培訓工作坊

主題：與長者同行 人生晚晴路

2009年4月17日



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

# 本講座內容

- 介紹紓緩治療
- 介紹自主晚晴心願
  - 後事的安排

# 五福臨門

一曰壽	長壽	命不夭折，且福壽綿長
二曰富	富貴	錢財富足，且地位尊貴
三曰康寧	康寧	身體健康，且心靈安寧
四曰修好德	好德	時常行善，廣積陰德
五曰考終命	善終	臨命終時，心裡沒有牽掛， 安祥地離開

# 臨終旅程 由你話事！

生命晚期身體上的痛苦，不是必然的！  
你可以選擇安排不同的醫療照顧，按自己的心願有尊嚴地走完人生的旅程。

# 「紓緩治療」的定義

紓緩治療

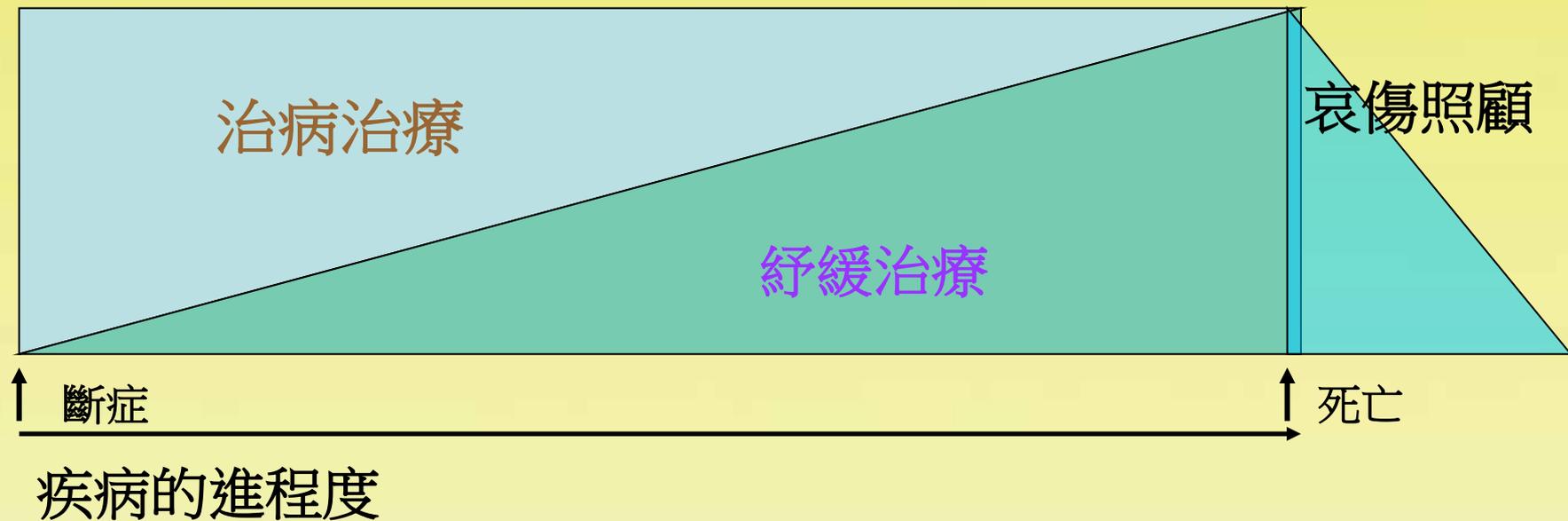
臨終關懷



善終服務

寧養服務

# 現代「紓緩治療」的理念



# 「紓緩治療」的理念

- 「紓緩治療」對生命作出正面的肯定，相信死亡是生命歷程的一部份。
- 相信人人皆有權利，在祥和、舒適和有尊嚴的環境下活至生命的終結。
- 「紓緩治療」不會為病人加速死亡，或在無必要的情況下延長病人的壽命。
- 竭盡所能，為病人紓緩疼痛及身體其他的不適，並協助他們排解憂戚。

# 「紓緩治療」的理念

- 提供心理、靈性及精神方面的照顧及社交關係方面的支援，讓病人能正視及接受死亡。
- 協助病人渡過最後一段安逸、有意義、有質素的生活，讓他們充實地活到生命的最後一刻。
- 在病人患病晚期及離世後支持家屬，幫助他們承受及渡過喪親之痛苦。

# 「紓緩治療」的理念：四全服務

**全人**  
身、心、社、靈

**全家**  
病人及家人的需要、  
協助處理哀傷

**全程**  
照顧整個病患過程  
包括在家中

**全隊**  
醫生、護士、護理員、社  
工、心理學家、物理治療、  
職業治療、牧靈人員、義  
工

# 「紓緩治療」的服務類別

住院服務

家居寧養服務

日間寧養服務

門診服務

哀傷輔導

# 香港的「紓緩治療服務」— 政府

聯合醫院

靈實醫院

明愛醫院

佛教醫院

聖母醫院

瑪麗醫院

白普理寧養中心

沙田醫院

律敦治醫院

屯門醫院

葛亮洪醫院

# 香港的「寧養服務」— 非政府

- 靈實寧養院

<http://www.hohcs.org.hk/hcc.php>

- 香港防癌會賽馬會癌症康復中心

<http://www.jccrc.org.hk/Big5/index.aspx>

- 善寧會

– [www.hospicecare.org.hk/chi/home.html](http://www.hospicecare.org.hk/chi/home.html)

- 贐明會

- 晚期照顧
- 哀傷照顧
- 生死教育

# 自主晚晴心願

是為自己將來的醫療需要，尤其臨終階段的照顧。可與家人和醫護人員預先溝通，作好準備。

當自己**失去自決能力時**，所預先訂定的意願亦會被了解及尊重。

# 「預設醫療指示」

- 病人及其家人與醫護人員之間的溝通過程
- 根據自己的情況，預先釐定在臨終時的治療意向
- 以書面方式記錄下來
- 於病人喪失自決能力時，此指示才能生效
- 並按照其預先指定的意向而執行

# 『預設醫療指示』有甚麼用？

- 以下的文件可以將自己的意願實行。
  - 不搶救的指令 (醫生)
  - 預設醫療指示 (法改會)
    - 法改會
    - 2004年「醫療上的代作決定及預前指示的諮詢件」
    - 2006年「醫療上的代作決定及預前指示的諮詢件」報告

# 『預設醫療指示』

- 非法例規定，鼓勵性質
- 2個見證人，
  - 1是個必需是醫生，
  - 另1個是與當事人遺產無關的人
- 是可以根據個人的需要和狀況而更改的
- 自己保留一份
- 可把一至兩份的副本交給家人或親友

# 預先計劃

好處：

- 能夠滿足自己的需要。因為沒有別人比自己更了解自己的需要。
- 趁自己清醒時早作安排。
- 預早計劃，避免家人為難。

預先計劃 到時唔駛估估下

# 「無效用的治療」

- 指任何可延遲病人死亡，但不可扭轉病情的維持生命療法。
  - 心肺復甦法
  - 人工輔助呼吸
  - 心臟起搏器
  - 為特定疾病而設的治療，例如洗腎等
  - 以導管餵食營養
  - 等等

# 「安樂死」「預前醫療指示」

## 安樂死

是用人工的方法，  
刻意提早結束病人  
的生命

## 預前醫療指示

是由病人預早表達  
自己臨終的照顧，  
例如：不接受無效  
用的治療，欲刻意  
延長死亡的過程，  
期望自然離世。

# 『預設醫療指示』表格下載

- 法改會

- 2006年「醫療上的代作決定及預前指示的諮詢件」報告
- P.194-198

<http://www.hkreform.gov.hk/tc/docs/rdecision-c.pdf>

- 善寧會

<http://www2.hospicecare.org.hk/resources/download-forms/?lang=>

- 美善生命計劃

[http://www.enable.hk/enable/tch/enable\\_journey/journey\\_dp/livingwill/livingwill\\_lw.aspx](http://www.enable.hk/enable/tch/enable_journey/journey_dp/livingwill/livingwill_lw.aspx)

# 哀傷的歷程

# 喪親後的反應

## 行為反應

- 哭泣
- 失眠
- 食慾障礙
- 心不在焉
- 社交退縮
- 夢見逝者
- 避免提起逝者或看見死者的遺物
- 嘆氣
- 坐立不安/過動
- 舊地重遊
- 珍藏遺物

## • 思想反應

- 不相信
- 困惑
- 幻覺
- 沉迷對逝者的思念
- 感到逝者仍然存在

# 喪親後的反應

- 生理反應

- 胃部空虛
- 胸口緊迫
- 喉嚨發緊
- 對聲音敏感
- 行屍走肉
- 呼吸急促
- 有窒息感
- 肌肉無力
- 缺乏精力
- 口乾

- 情緒反應

- 悲哀
- 憤怒
- 內疚自責
- 焦慮
- 孤單感
- 疲累
- 無助感
- 震驚
- 苦苦思念
- 解脫感
- 輕鬆
- 麻木

# 喪親後的反應

- 特別觸動哀傷的情緒
  - 逝者的生日、紀念日、或節日
  - 或遇見某些人、事和地方
  - 或當面對生活上的困難時



# 哀傷的歷程

- 6 “R”

Recognise	接受失落的事實
React	經驗分離的痛苦
Recollect & reexperience	回憶、經歷逝者及與其的關係
Relinquish	轉化與逝者舊有的聯繫及人生觀
Readjust	適應喪親後的生活
Reinvest	重投生活

應該哀傷多久？

# 哀傷的歷程— 雙向擺動模式

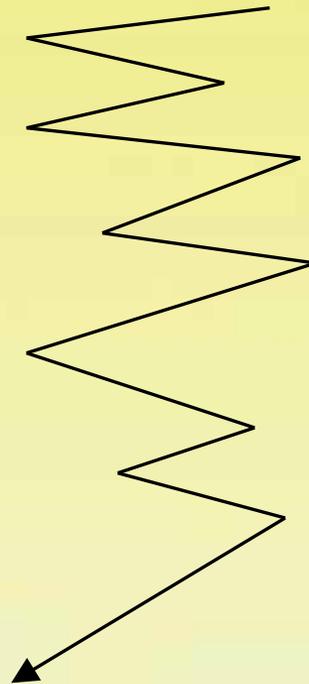
日常生活：面對與逃避之擺動

## 失喪主導

- 回想與逝者的關係及經歷
- 被哀傷的情緒充斥
  - 與外界連繫減少
- 逃避復原主導的改變

## 復原主導

- 關注生活上的改變
- 嘗試迎接新事物
- 嘗試新的角色和人際關係
- 逃避失喪主導的體驗



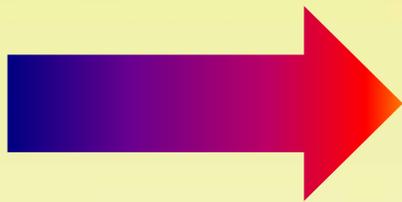
每天的生活

(Stroebe & Schut 1999)

# 哀傷的歷程

- 不會順序出現
- 可能會同一時間或反覆交替地出現
- 每個人的步伐不同，快慢亦有不同
- 可以持續一年，或好幾年

- 反應持續
- 漸漸惡化
- 影響身心狀態
- 影響日常生活



**尋求專業人士協助**

# 參考資料

- 法改會
    - 2006年「醫療上的代作決定及預前指示的諮詢件」報告
  - 《臨終照顧培訓課程》(2007) 善寧會
  - 美善生命計劃
- [http://www.enable.hk/tch/main/main.aspx?str\\_section=journey1](http://www.enable.hk/tch/main/main.aspx?str_section=journey1)
- 《善別輔導手冊：理論與實踐》(2006) 善寧會