

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：做個健康護老者 與長者同行晚晴路

2011年2月7日



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

本工作坊的內容

- 第一課
 - 真的是我嗎？——誰是護老者？
- 第二課
 - 知己也知彼——護老知識概論
- 第三課
 - 給愛與自愛——護老者的自我照顧
- 第四課
 - 晚期的照顧及抉擇
- 第五課
 - 護老的最後一個任務

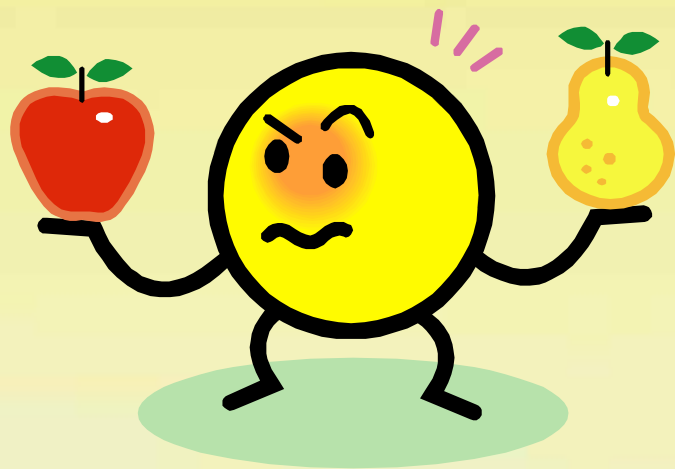
寧養照顧技巧

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 ~

抉擇



如何與家人談病情

- 先作好心理準備
- 與其他家共同分擔
- 詢問病者對病情的了解及是否準備了解
- 了解病者想了解多少
- 明白哭泣是正常的渲洩方法，容許哭泣，亦可一起哭泣
- 要在不趕緊的時間進行，告知病情後，不要立即離開，
- 容許病人有空間去接受及消化事情

- 與病者一起商討治療方案並表達支持，如

我們會陪伴你走

一起面對及解決

- 協助病人一步一步了解及接受病情
- 了解病人的疑問及情緒並作出關懷，
- 有需要時可找醫護人員協助
- 尊重病人的步伐，如病人不想知其病情，不要勉強，病人有知情權也有不知情權，重點在尊重其「主權」

晚期病人心、社、靈的需要

晚期病人面對死亡的需要

- 需要有人陪伴
- 需要有個人的自主權
- 仍然需要有成長及活動的空間
- 仍需要有其所扮演的角色：主角
- 需要對其病情有實際的知情

- 活及死得有尊嚴
- 生命的回顧及復和
- 疼痛控制

面對死亡的恐懼

- 痛楚，身心靈的痛
- 孤單
- 不舒服的感覺，如：樣貌，失禁
- 成為家人的負擔
- 不知死亡是怎樣的一回事



- 一些人對人生都產生恐怕，死亡亦是其中一部份
- 未完成的工作
- 消失在人世間
- 死後被審判



社交方面的需要：處理人際關係

5 句深情的說話

我愛你

對不起

再見

原諒你

謝謝

心靈需要



心靈

- 幫助病人及家屬尋找生命及死亡的意義
- 滿足病人及家屬心靈裡的需要

靈性方面：生命的意義

為甚麼是我？

我的一生算是怎樣？

我的生命還有甚麼意義？

我的生命有甚麼的價值？

回顧一生

尋找生命意義的方向

1. 回想自己的一生，有甚麼重要的字眼、形象、圖案在腦海上現？
2. 問問自己：若沒有了我，這個世界會有甚麼不同？會有甚麼事情無法發生？
3. 利用自己的生命去教育和影響別人。

對家人/照顧者的建議：

- **愛與關懷**能為病者的心靈帶來安慰及滿足
- 讓長者知道他的生命如何對你及家庭產生正面的影響

維持盼望

靈性方面：維持盼望

- 持續對生命的盼望是病者繼續活著的力量和推動力。
- 永生的盼望



靈性方面：維持盼望

- 不同階段可能會期望不同事情的發生
- 可以是一些看似微不足道的事情，也可以是盼望的來源
 - 「我希望身體可以感到舒服一點」
 - 「我希望吃雪糕」
 - 「我希望聽某某歌星的歌」
 - 「我希望教曉太太用家中的電器」
 - 「我希望某某來探望我」
 - 「我希望到郊外走走」

對家人/照顧者的建議：

- 幫助長者在日常生活中尋找微小的盼望
- 盡量協助長者達成
- 繼續尋找他們活著的動力和推動力

活在當下

靈性方面：活在當下

- 雖然死亡使長者

- 不能改變過去

- 不能控制未來

但是

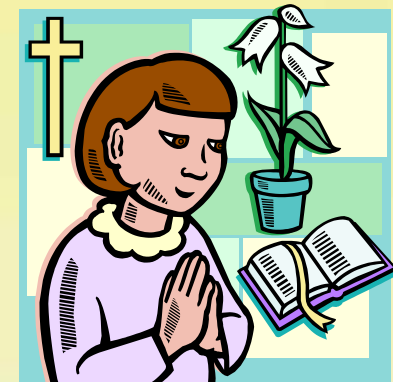
- 可以選擇好好地把握現在，感受生命

靈性方面：活在當下

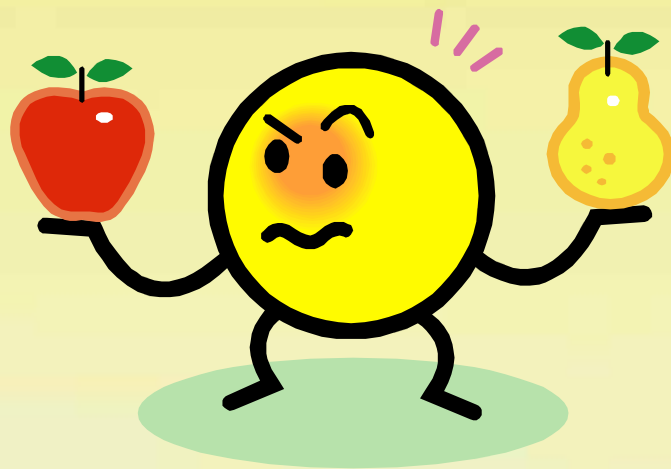
- 放開自己的感官，重新感受「活著」的感覺。

靈性方面：信仰的支持

- 可以選擇宗教為心靈帶來超越生死的平安
- 靈性上得到慰藉、依靠，他們便會感到平安
- 對人對事都不再執著，以平和的心面對死亡
- 與宗教人士探討生命的問題



抉擇

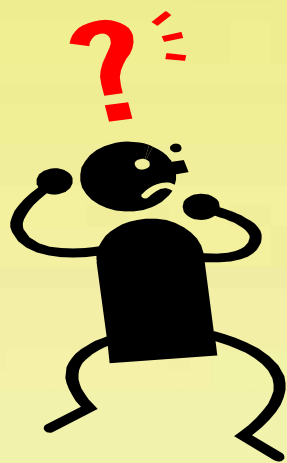


寧養服務

「寧養服務」的定義

舒緩治療

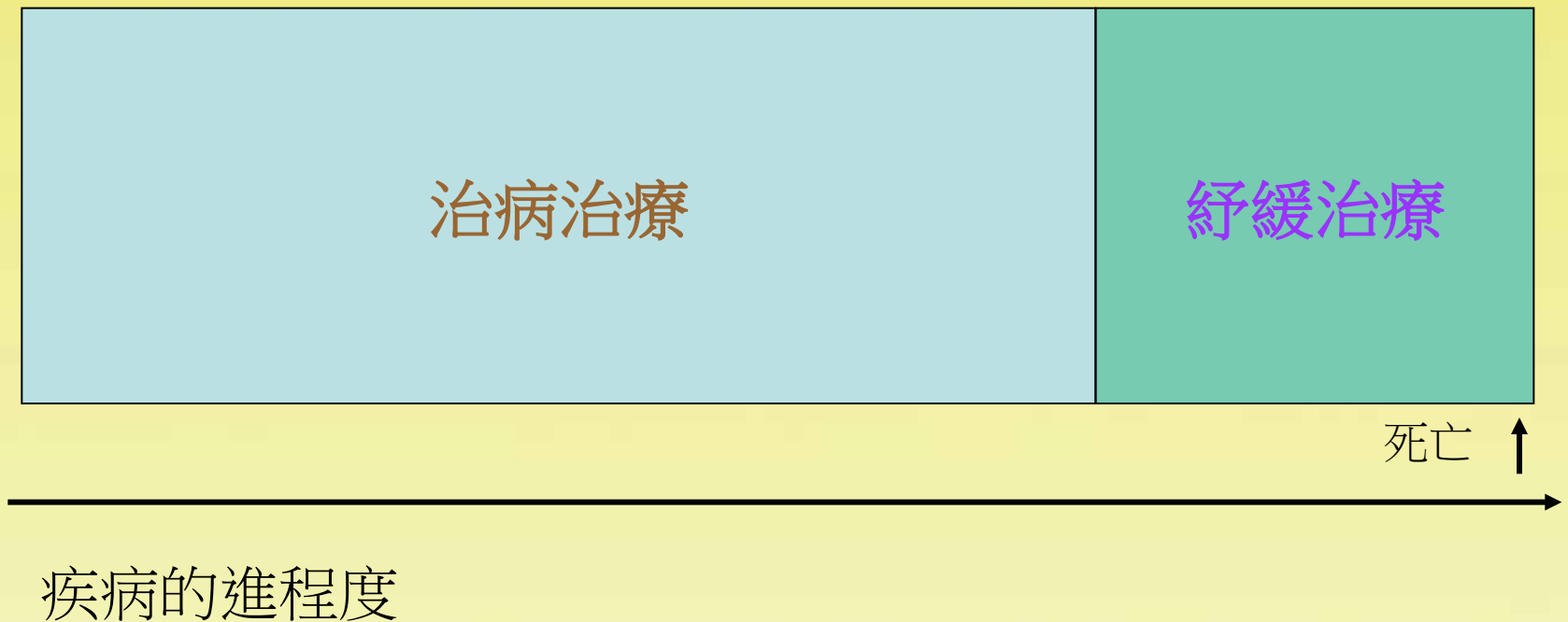
臨終關懷



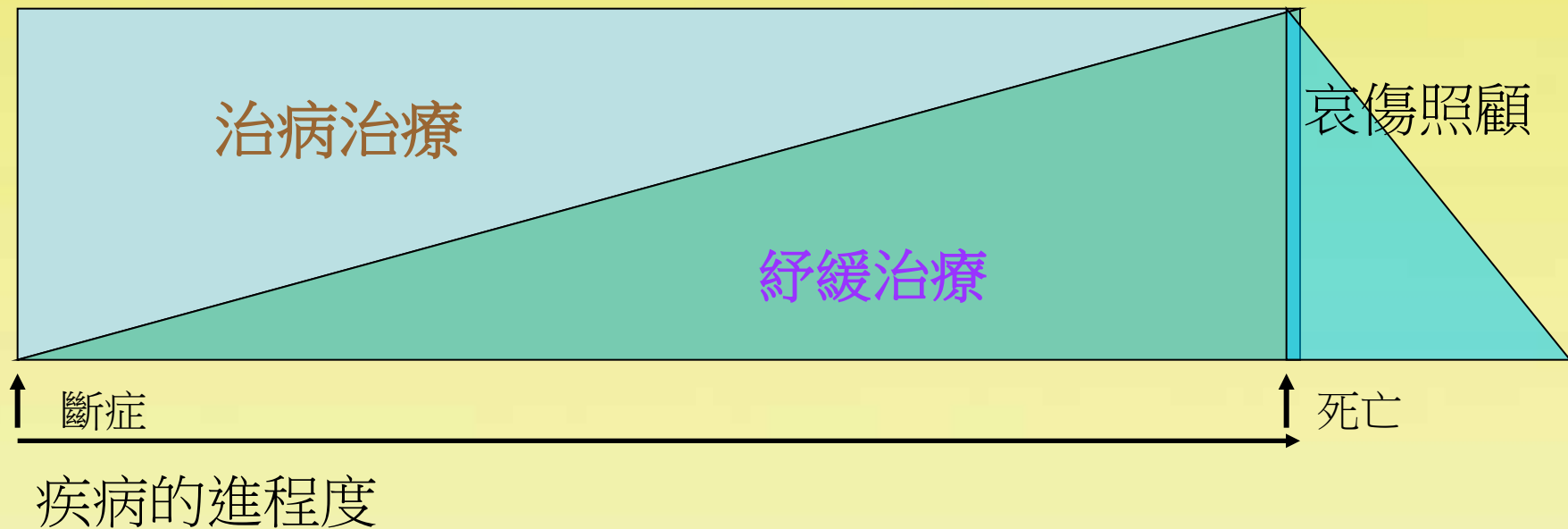
善終服務

寧養服務

傳統「寧養服務」的理念



現代「紓緩治療」的理念



「寧養服務」的理念

- 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。

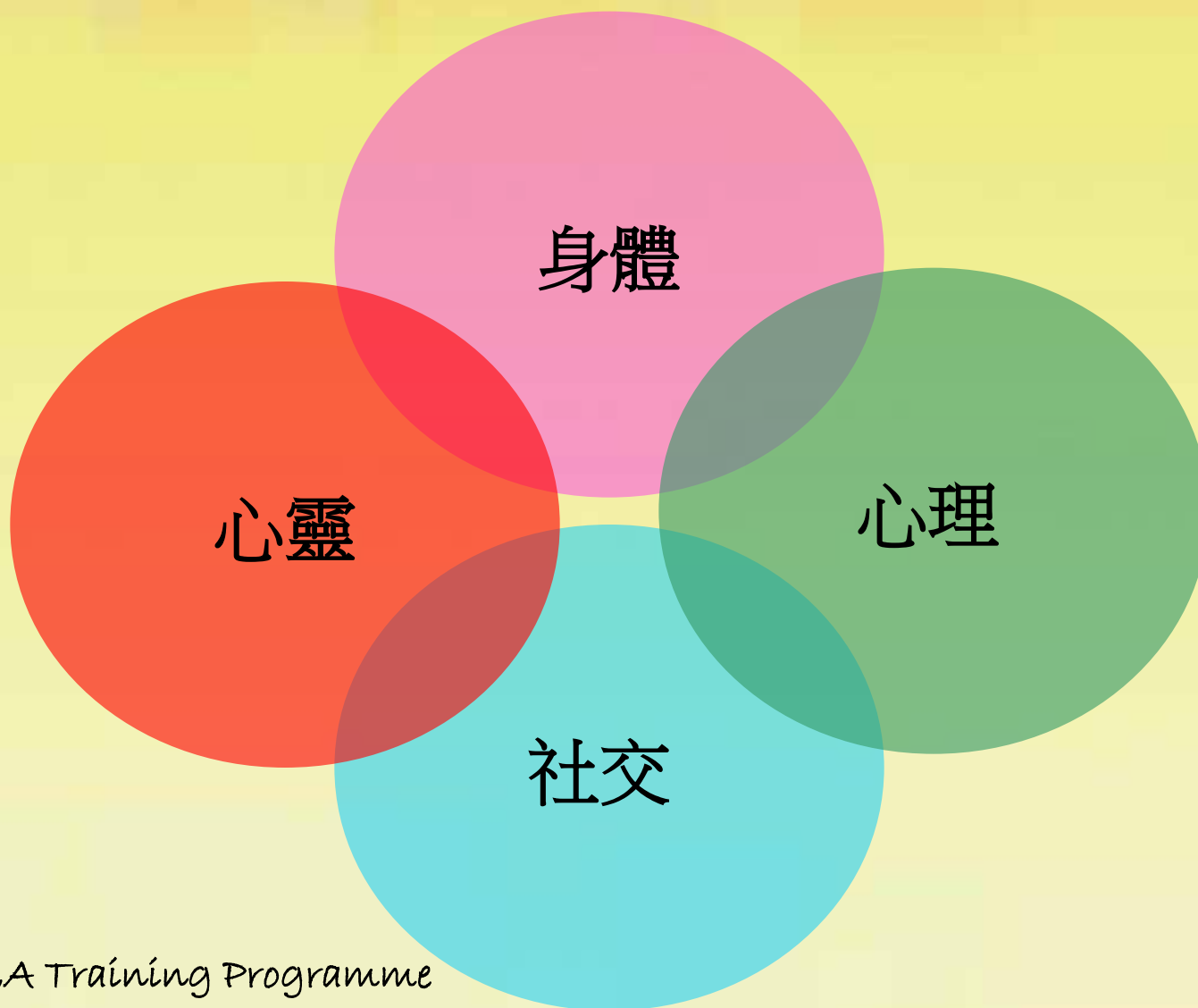
「寧養服務」的理念

- 「寧養服務」加速病人死亡，或在無必要的情況下延長病人的壽命
- 竭盡所能，為病人舒緩疼痛及其他身體及心靈上的不適

「寧養服務」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
- 協助病人在安逸、有意義、有質素的生活
中渡到最後一刻。
- 支持家屬面對病人患病及離世後及渡過喪
親之痛苦。
- 四全服務：全人、全隊、全程、全家

「寧養服務」的服務範圍



「寧養服務」團隊定的成員

- 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

「寧養服務有人無出嗎？」

「寧養服務」的服務類別

- **住院服務**

- 控制病徵
- 瀕臨死亡時的護理

- **家居寧養服務**

- 醫護人員定期作探訪
- 了解在家中的適應
- 協助病人享受家居生活

「寧養服務」的服務類別

- **日間寧養服務**

- 日間寧養中心，為家居病人提供護理服務
- 安排舒展運動、康樂活動

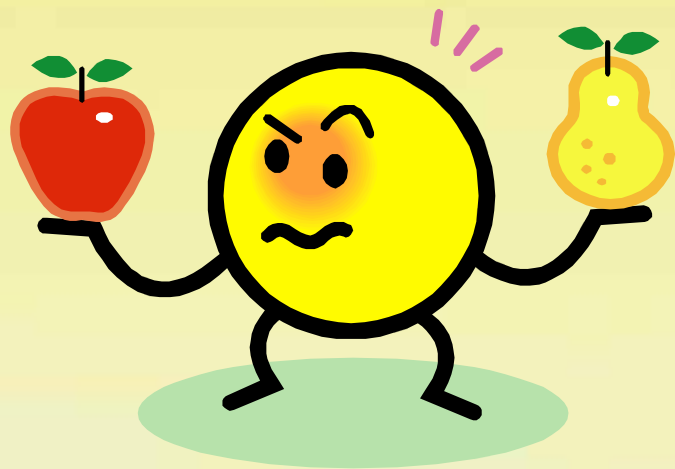
- **門診服務**

- 為家居病人提供門診治療

- **哀傷輔導**

- 在病人患病晚期及離世後給予家屬安慰及輔導
- 幫助家屬渡過哀傷的日子

抉擇



生命晚期照顧的抉擇

生命晚期身體上的痛苦，不是必然的！
你可以選擇不同的醫療安排，讓自己平和
及有尊嚴地走完人生的旅程。

自主晚晴心願

是為自己將來的醫療需要，特別臨終階段所接受的醫療方式，與**家人**和**醫護人員**溝通，預先作好選擇。

當自己**失去自決能力時**，預先訂定的意願亦能被了解及尊重。

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

「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』

- 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

『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://www.hospicecare.org.hk/big5/download.html>

- 美善生命計劃

http://www.enable.hk/enable/tch/enable_journey/journey_dp/livingwill/livingwill_lw.aspx

填寫『預設醫療指示』後的處理

- 自己保留一份
- 可把一至兩份的副本交給家人或親友