

# 安寧關懷手冊

林口長庚肺腫瘤及內視鏡科 李適鴻醫

## 壹、病情告知

### 一、當病人詢問病情時，有那些事情會讓人擔心？

當病人詢問自己的病情時，其身邊的人員都會猶豫害怕病人知道後，會發生意志消沈、鬱鬱寡歡、沈默不語、無望，甚至心態悲觀而感到人生乏味，失去繼續生存的動機，或選擇自殘的行為是自然的情況？病人的情緒波動會不會讓照顧者無法處理？所以照顧者可能會害怕，不知要如何回答病人的問題，因此若病人對病情的告知有困難時，應尋求專業人員之協助。

### 二、到底該不該告訴病情？

因為每個人都是獨立的個體，有對自我疾病的醫療選擇權力，要不要告訴病人真實的病情，其實是因人而異的，但是在告知病情前最好能先確認在知道病情後，他不會做出傷害自我的行為。

有些病人希望能事先被告知的動機較強，因為想決定自己的醫療方式，並在有限的生命內，完成最後的心願及交代後事；但是有些病人在應付壓力的能力上不夠充足，並不希望被告知，因為他無法面對死亡的威脅，故病人如尚未準備好面對病情的心理準備，恐會造成心理壓力過大，可能導致有自我傷害的行為及想法。病患的害怕來自於對於未來的不確定與不了解，特別是面對因為疾病造成的死亡。

若家屬無法決定是否應告知病人，可與專業人員討論並尋求協助，在告知前做好評估與準備，在不傷害的原則下告知，又能讓病人有自主權。

### 三、如果決定要告知病情時，應注意哪些原則？

- (一)確信病人在獲知病情後，能面對事實及找到自我存在的意義。
- (二)選擇的告知者是病人所信任的人。
- (三)告知者說辭要婉轉。
- (四)掌握告知病情的情境與最佳時間。
- (五)知道如何處理病人因被告知後所產生的情緒反應。
- (六)向病人保證不會以冷漠的方式對待及遺棄他。
- (七)病人在獲知病情後，可能會有錯綜複雜的情緒反應，告知者應有愛心、耐心與支持的態度，接受病人所有的情緒反應，並密切注意其行為。
- (八)請專業人員協助：當被診斷為末期病患時，應請相關腫瘤醫師評估過後，再依其建議，決定是否接受安寧療護。

## 貳、情緒關懷

### 一、何謂情緒？

面對疾病帶來的困擾時，每個人都會產許多的感受、想法及行為反應即為情緒。其中情緒和生理、思想、行為……等息息相關，如果情緒處理得宜，我們便能具備處理壓力的能力，相反的可能會帶給自己或別人一些傷害。

### 二、病人可能產生的情緒反應及其代表的意義？

當病人知道自己的生命有限，對死亡的壓力時，常會有害怕、焦慮、否認、憤怒、討價還價、希望或絕望等情緒反應，而每個人的情緒反應會有所不同，重要的是對病人而言，這些情緒都是自己真實的體驗，沒有對與錯之分，同時病人也會逐漸發展出面對事實的能力。沮喪與憂鬱是大部分病人會出現的情緒反應，只要不傷害自己或他人，這種情緒反應是可接受的。

當病人表達想了解與死亡相關的事情時，此即表示他已主觀認定自己已能面對死亡即將來臨的事實，但並不代表他已適應壓力或能獨自做決定及交代後事，此時應讓病人用自己的方式及步調去理解和體會。

### 三、如何處理病人的情緒？

- (一)沈著的面對，溫柔的陪伴。
- (二)盡量體會他們所處的情境。
- (三)不建議、不評批。
- (四)同理病人處理情緒的方法。
- (五)與病人討論，他所期待的協助以及如何面對情緒的方法。
- (六)依病人的意願和需要給予支持與鼓勵。
- (七)保證病人的任何心情都能與照顧者分享。
- (八)告訴病人即使想哭或想宣洩情緒都是自然平常的。

### 四、如果病人家中有年幼的孩子，應如何讓他們了解？

孩子是用他們自己的世界來看待死亡，所以他會不停的猜測，並且好奇為什麼會發生。大人往往會認為小孩子不懂而避免與他們談論或乾脆隱瞞，其實教導孩子直實事情的原由，及適當面對情緒的方法，才是讓孩子學習成長的最好方法。但須對病人隱瞞病情時，應配合當時之情況再適時向小孩說明。

### 五、如何提供喪親者關懷與照顧？

- (一)留心觀察親友間之情緒及行為舉止。
- (二)事前的關懷可減輕親友對喪失親人之憂傷。
- (三)讓哀傷者有說話的機會，毫無禁忌地講及與逝者有關的事情。
- (四)讓哀傷者回憶，看舊照片，回味過去之歡樂與艱辛，使他們心靈獲得安慰。

- (五)時間或許會減弱哀痛，但永遠不能消除哀痛，應使哀傷者重新振作，而不是用消極方法幫助他們暫時忘掉憂傷。
- (六)讓喪親者與有相同經歷者一起互相傾訴，互相幫助及扶持。
- (七)鎮靜劑只能給哀傷者短暫的安慰，不宜長久持續給此類的藥物。

### 叁、身體照顧

#### 一、如何處理病人之疼痛？

- (一)依照醫師囑咐按時按量給予止痛藥，並且注意疼痛的控制是否適宜，若有需要與醫師討論與調整藥物劑量。
- (二)經醫師、護士的指導下運動、按摩、冷熱敷。尤其癌症末期的病人常有骨轉移，容易發生骨折，走路及運動時須特別小心。
- (三)家人的陪伴會緩解病人的情緒，可提供一個舒適的環境，並輔助合宜的音樂或遊戲休閒活動等。
- (四)芳香療法，藉其香味及精油本身的效力，協助症狀的緩解，促進精神愉快。

#### 二、如何處理呼吸困難的病人？

- (一)依照醫囑按時按量給予止痛藥。
- (二)舒適的姿勢、輕柔的音樂、肌肉的放鬆，可舒緩胸悶緊繃的感覺。
- (三)使用小型風扇或空調，幫助室內空氣流通。
- (四)若使用氧氣，需適度的濕潤病人之口腔與嘴唇。
- (五)使用不同類型柔軟的小枕頭，幫助病人調整體位姿。
- (六)解釋與支持，隨時有人在旁陪伴。

#### 三、如何處理虛弱的病人？

- (一)依照醫師囑咐定時定量給予藥物。
- (二)家人溫柔的陪伴，儘量滿足病人的需要。
- (三)保持舒適的姿勢，若病人臥床不易翻身時，至少每兩小時協助病人翻一次身。
- (四)有需要時可使用氣墊床，防止產生褥瘡。
- (五)補充適量的營養。
- (六)保持身體的清潔。

#### 四、如何處理食慾不振？

- (一)按醫師之囑咐給予促進食慾的藥物。
- (二)早餐是最佳進食時機，應進食營養豐富之早餐。
- (三)慎選食物的種類及軟硬度，避免像豆類、白菜等進食後會產生氣體的食品。
- (四)進食前 5-10 分鐘先協助病人從事緩和的活動。
- (五)宜少量多餐。
- (六)不要邊用餐邊喝飲料或水。

(七)進食前先漱口，以刺激病人之味覺，並可依病人的喜好，於漱口水加入一滴的精油，例：薰衣草、檸檬……等，增進其食慾。

#### 五、如何處理病人吞嚥困難的問題？

(一)以少量開水慢喝，但要小心不可嗆到，以避免造成吸入性肺炎。

(二)採半流質食物，如布丁、燉蛋、果凍等。

(三)進食時宜採 60-90 度坐姿，以協助食物下嚥，並預防吸入性肺炎。

(四)宜少量多餐。

#### 六、如何處理病人大、小便失禁問題？

(一)定時給予便盆以提醒病人大、小便，並養成習慣。

(二)需要時使用成人尿片（褲），但最好先和病人商量，徵得同意，以減低病人心理上的不適應和反感。

(三)使用尿布時應勤換尿布並注意有無皮膚發紅、濕疹等，以防褥瘡形成。

(四)如有腹瀉情況，應特別留意病人之飲食，避免太多纖維類的食物，如生菜、水果，以減低腸蠕動，直到病人情況改善。如果腹瀉嚴重時，應立即就醫治療。

(五)使用空氣清新劑，以減低病人心理上的不快及不安。

## 肆、臨終照顧

### 臨終前

#### 一、當病人即將臨終時常見的症狀：

病人可能會很安詳，有如睡覺一般，靜悄悄地過世，但也可能出現不同的情形，如病人神智會逐漸昏迷、或躁動的翻來翻去，甚至呼吸、心跳會漸漸變慢。

#### 二、病人臨終前要準備什麼？

病人為有行為能力的成人，可對希望及不希望接受的治療及身後的人、事、物預先作交代，同時預先準備病人臨終後要穿的衣物。如意識不清的病人可依病患清醒時的喜好或交代預先準備。

#### 三、病人危急的時候要不要急救？

急救之目的在於「防止非預期性的突發性死亡」，如其過程中病人相當痛苦，因此並非適用於每一位病人；家屬在衡量是否給予病人急救時，應站在病人的立場審慎思考，以免造成日後的悔恨與遺憾。如病人或家屬決定不要急救時，可預先告知醫護人員，並填寫不施行心肺復甦意願書或不施行心肺復甦同意書。

#### 四、長庚醫院之宗教資源及往生室簡介：

本院設有佛堂，天主教堂及基督教會，提供病患及家屬使用，同時也有宗教志工於現場協助，提供免費的宗教刊物可自由取閱，以協助病人及家屬尋求心靈的平靜。

另於基隆院區地下二樓、林口院區往台北乘車處旁邊、嘉義院區癌症大樓地下二樓及高雄院區一樓醫學大樓旁設有往生室，由特約專業的葬儀公司經營，提供遺體冰存、辦理喪葬事宜等服務。

#### 臨終時

◎當病人臨終時，家屬可尋求哪些協助？

- 一、其他家屬及宗教人員的陪伴。
- 二、若病人於醫院往生，現場的護理人員會協助往生者清潔身體，更換乾淨的衣服，並協助聯絡往生室人員，將遺體送往往生室。

#### 往生後

一、辦理與申請死亡證明：

當病患在醫院往生時，死亡證明由該院醫師開立，當病患在往生時，家屬可持出院時醫院所開立的乙種診斷證明書，至當地衛生所、或有職業執照的醫療場所開立死亡證明書，申請的份數可依個人之需求申請。處理往生者身後事宜所需之文件，請參閱下表：

證件名稱	使用機構	份數
死亡證明書（約 6 份）	1. 終止每一戶存款戶頭	1 份
	2. 終止每一保險申請受益人給付	1 份
	3. 戶政事務所(除戶)	1 份
	4. 殯儀館進館使用	1 份
	5. 埋（火）葬許可申請	1 份
	6. 基督教墓地	1 份
	7. 公墓或靈骨塔使用	1 份
生者除名戶籍謄本（約 10 份）	1. 保險給付	1 份
	2. 國稅局（遺產更名）	1 份
	3. 榮民遺眷證、喪補費	1 份
	4. 退伍軍人眷補移費	1 份
申請人身分證及印章	1. 殯儀館進館使用	1 份
	2. 埋（火）葬許可申請	1 份
	3. 基督教墓地	1 份
	4. 公墓或靈骨塔使用	1 份
訃聞	家屬向工作單位請假用	1 份/人

二、如何聯絡葬儀社？

請與相關之辦理喪葬事宜之機構商討有關入殮、告別式、火葬、安葬等相關事宜。

三、終止各類保險的方式？

各保險公司或機構在病患投保時皆須填寫受益人姓名，受益人可

依各保險公司或機構的規定申請辦理撫恤金、或補助款等。  
辦理所需的文件：保單、死亡證明書、受益人身分證及印鑑證明等。

## 伍、一種新的選擇：器官捐贈或大體捐贈

### 一、何謂器官捐贈及大體捐贈？

器官捐贈是當人生命結束時，捐出可用之器官供移植，延續他人生命的愛心行動而大體捐贈是將遺體捐出供作醫療研究，是一生的禮物。

### 二、什麼情況下能夠器官贈或大體捐贈？

器官捐贈大部分是意外傷害的病患，專業醫師已經判定腦死，及檢察官同意後才能進行器官摘取手術，而大體捐贈可於事前向醫護人員表態填寫意願書，並於病人往生後，由院方協助聯絡捐贈事宜。

### 三、何謂腦死？

腦是人的生命中樞，若腦幹停止運作則稱做腦死。經我國的法律規定合格專業醫師，依據嚴格的腦死判定步驟，判定為腦死者，其生命已不可能挽回，在短期間之內會往生。

### 四、器官捐贈後會影響喪禮的進行嗎？

器官摘取就一般外科手術，只需數小時即可完成，摘取醫師會細心縫合恢復外觀，決不會影響喪禮的進行。

### 五、宗教上有禁止器官捐贈行為嗎？

事實上，在佛教、天主教、道教、回教、一貫道、基督教的教義中，都認同往生者捐贈器官遺愛人間的大愛表現。

### 六、如何聯絡相關事宜？

如病患或家屬有意願做器官捐贈，可告知醫療相關人員，或由家屬直接與社服課人員聯繫，確認之後簽署器官捐贈同意書。