

# 安寧關懷手冊

## 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，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，有自我的選擇權，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。

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：當被診斷為癌症末期時，應請腫瘤專科醫師評估過後，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，每個人都會產生許多的感受、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。

#### 參、 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。
- (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.終止每一保險病申請受益人給付	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。