

松柏之聲

非 賣 品

聖雅各福群會 出版

地址：香港灣仔石水渠街八十五號 電話：(八五二)二八三一 三二一五

St. James' Settlement, 85 Stone Nullah Lane, Wanchai, Hong Kong. Tel: (852)2831 3215

國際聯網 Internet: <http://www.thevoice.org.hk> 電子郵件 E-mail Address: thevoice@sjs.org.hk

★ 創刊於一九七六年一月，乃全球首份，最長壽兼全世界發行之長者華文讀物 ★



頭條

◆ 翁麗

香港大學社會科學院賽馬會安寧頌計劃
副項目總監(教育)

心安家寧： 安寧服務在香港的需要

最近與一位好朋友黃女士見面，我跟她的相識是在一所長者中心，她當時是中心的義工，不經不覺已有二十多年了，她現年六十八歲。在她臉上留下歲月的印記，在這二十多個年頭中，她經歷了人生的多樣——深愛的丈夫離她而去，經濟的拮据，獨力把兩名子女撫育成材，成家立室，子女們都很孝順，前年還有了孫兒，樂也融融。正當一切很順利的時候，她確診患上晚期肺癌，還未及反應過來，她便要面對一系列的醫療決定——電療、化療等等。黃女士體質一向欠佳，對於醫生的治療建議，她抱著保留的態度，擔心自己身體承受不來，反而令在有限的時間，未能如願生活，但兩名子女對媽媽表面「放棄」治療的決定，感到很憂心難過。黃女士聽說有安寧服務、紓緩治療，希望多了解有關的資訊，幫助她及一家人作決定。

定義的發展

「安寧服務」、「紓緩服務」、「善終服務」，以至「姑息治療」等等名稱，意義大同小異，只是服務的範疇及著重點略有分別，因著服務發展時段及不同的地區而名稱有所不同。追源索本，紓緩治療始於英國，由西西里·桑德斯女爵士(Dame Cicely Saunders)倡議。桑德斯女士於40年代，服務於一所末期癌症醫院，專責照顧身罹頑疾的病者，眼見高入侵性的治療非但不能治癒病者，反而令他們更痛苦折騰。桑德斯女士將心連心，細心聆聽及感受病者的需要，以療護方法紓緩病者身體症狀及痛楚，給予精神及心靈上的支持，病者更能安詳平安地離開。在1967年她始創了聖基斯道化善終院舍(St. Christopher's Hospice)，實踐她的「善終」理念。時至今日，全球的善終服務的發展，一直深受桑德斯女爵士影響。

根據世界衛生組織(WHO)的定義，紓緩服務是指為被診斷為不能逆轉之晚期病患者，當針對其疾病治癒性無效，所提供積極性及全人化的照顧。方法主要是透過疼痛控制，緩減身體上症狀不適，同時向病患者及家屬提供心理、社會和心靈上的支援，以維持病人和家屬最佳的生命質素，讓患者能夠安詳和有尊嚴地離開人世。

香港自1982年正式設立專科紓緩治療服務，現時香港的晚期善終服務主要倚賴醫療體系內的十六間聯網醫院所提供，包括：專科住院病房、專科門診、日間寧養中心、家居護理服務及喪親關懷等；服務初期先提供予晚期癌症患者，逐步拓展至其他非癌症晚期病患者，如：末期腎衰竭、慢性阻塞性肺病。

事實上，「死亡」、「離世」不單是一件重要人生事件，也是一個人生過程，所牽涉的除了病者本身，還緊扣著家人及至親至愛的人生。香港大學研究團隊認為讓患者在人生路上終點前，能與家人共渡生命最美好及幸福的時刻，使逝者平安，家人心懷安寧，達致「心安家寧」目標，乃是「安寧服務」的深層意義。故此，在「安寧服務」工作上，是以家庭為服務對象單位，匯集跨專業的工作團隊、社區非政府機構、社會上不同界別力量來達成，當中包括醫生、護士、社工、心理學家、物理治療師、義工等，去緩減患者及家人的身心負擔。

社區安寧服務的需要

有調查指出，許多長者希望在熟悉的社區及環境下生活，直至走完最後的人生路途；實際上，大部份病者在離別前都是生活在家中，在社區內的。正如上說，「離逝」是一件「家事」，除了對病者的起居照顧外，或多或少生活實務瑣事是需要安排的，例如：日常居家家務、膳餐、購物、覆診，以致生活娛樂和照顧寵物等，

倘若這些事務能得以適當支援和處理，家人可以更有能量及信心地在家中照料病者，而病者也毋須因擔憂自己成為家人負累而自責。可是，香港的安寧社區服務的發展尚在萌芽階段。經濟學人智庫於二零一五年十月公布最新「死亡質量指數」調查，顯示本港死亡質量在八十個國家中排名第廿二位，在各項指標中，「社區參與」和「關注」的分數較低，顯示社區安寧照顧及支援尚需改善。

賽馬會安寧頌計劃

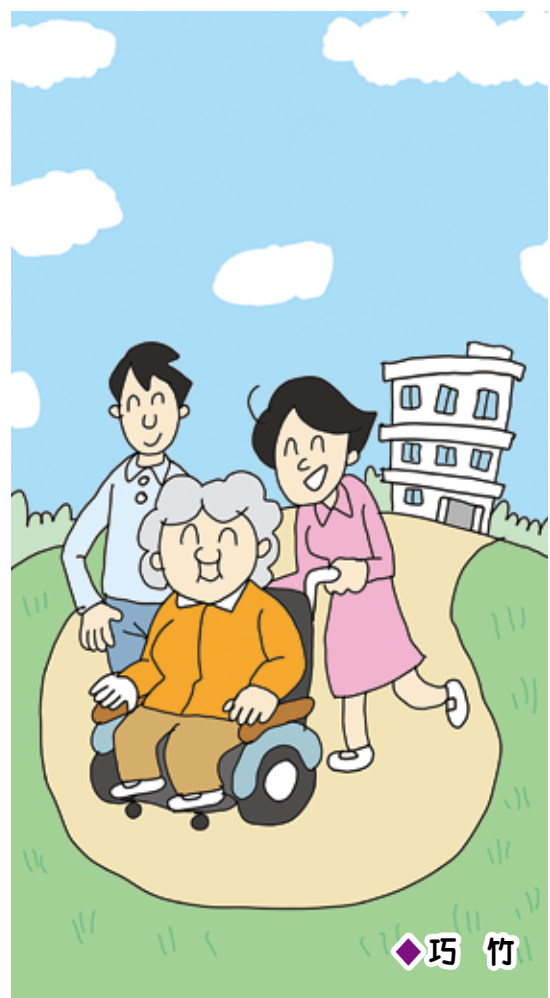
2016年，香港賽馬會慈善信託基金撥款一億三千一百萬港元，聯同香港大學社會科學學院、香港中文大學賽馬會老年學研究所及五間非政府機構——香港老年學會、基督教靈實協會、香港復康會、聖公會聖匠堂長者地區中心及聖雅各福群會，進行為期三年的「賽馬會安寧頌」計劃，推動社區安寧照顧的概念及落實相關服務推行，計劃將以跨界別團隊和醫社合作的嶄新服務模式，透過舉辦專業培訓和公眾教育等項目，為晚期患者及家屬提供全面的社區安寧照顧，提升他們的人生末段的生活質素。

感恩生命，圓滿人生

生老病死乃人生必經階段，雖說香港是先進發達城市，今天談「死」，卻依然有所避諱。面對「死亡」，難免神傷，如何能在有限的人生旅程，與家人至愛執手共渡至情時刻，締造彼此美好回憶，無憾一生，這對病者及家人有著深遠意義。就黃太太來說，在她生命裡，雖幾經波折，但她感恩上天讓她在需要時，給她魄力去照顧兩名子女，使彼此

更親愛關懷；在艱難的歲月中，子女們鍛鍊出堅毅的精神，學懂珍惜。她現已了無掛慮，只想在餘下時間，享受家庭樂，以慈愛愉悅的樣子與孫兒玩玩，在孫兒心中留下美麗印象；閒時與中心老友記唱歌旅遊，便無所求。經過坦誠的談話，黃女士向子女表明她的意願，表示希望採用紓緩治療，她也答應兩名子女會覆診，做運動，若身體不適時，不會勉強啞忍，會主動告訴他們。子女及媳婦女婿們也明白媽媽的心願，一起商討家庭時間表及尋求安寧服務支援，與媽媽一起走過最後的人生路，圓媽媽的夢。

若要了解更多有關「賽馬會安寧頌計劃」，可瀏覽網頁 www.JCECC.hk。



◆ 巧竹