

THE VOICE 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

◆ 心繫心生命教育基金 創辦人李昕及義工

我們一出生便開始作死亡的倒數，生命無常，誰也不能掌握生命的長短。然而晚期病人身患重症，彷彿收到通知：已走到人生最後一站。面對死別，除了減輕治療或病患帶來的痛苦折磨，更重要的是令晚期病人在最後一程中好好面對及接納死亡，拓寬生命有限的寬度，舒暢無憾地完成人生畢業禮。

「我想回家」

在香港，現時社區寧養服務集中支援癌症晚期病患者及其家庭，只有 1.4% 死於非癌症病人曾經接受安寧服務。社區寧養強調晚期病人的照顧不單包含醫療服務，不同醫療人員還定期以上門或視象探訪，亦包括社區照顧服務，關懷病者在家的適應，希望協助患者好好在最熟悉的地方享受家庭生活。

當決定回家作終點站靜養時，如能獲照顧者的聆聽、理解及陪同面對，不單讓患者無憾，甚至讓子女圓願。為大家送上一個小故事，故事主人翁陳小姐（化名）一直在父母愛護成長。可是父親還未開始享過半點兒女福便因肝癌離逝，令陳小姐多年來鬱鬱不歡。父親的離逝，提醒她要好好愛惜母親。可是天意愛作弄人，媽媽得了腸癌，陳小姐說：「媽媽只平安渡過了五年時間，癌病又復發，還開始擴散，進出醫院近十多年，心想我還可以做什麼？」

她續說：「當時母親的晚期病情越見反覆，妹妹便

社區寧養

晚期病人如何活出

豐盛生活

特意回港辦婚宴，還會帶她去旅行。及後，母親彌留之際，我急不及待聯繫舅父回港。當時母親見到自己的哥哥和弟弟在旁，眼神給了個反應便安然離世了，算是死而無憾吧！」

圓滿人生的畫面

陳媽媽的故事正好反映華人對善終的想法。陳媽媽的晚期十多年的寧養階段不獨留守醫院，仍能回家生活，陪伴女兒們走過不同的成長階段。最後日子，女兒亦承歡膝下，讓她親眼見證女兒出嫁，放下對女兒下半生的牽掛。及至彌留時刻亦有至親相伴，慎重地好好道別。

另一方面，陳小姐有機會全程照顧，作一個完整的「最後道別」。面對死亡，不論臨終病人自身，家人亦能早作準備，把握當下，抓住每一個「圓願」的機會。在寧養階段，我們可以從身、心、社、靈四方面關顧晚期病人。

「身前」的準備

面對被診斷患上不可逆轉的疾病，醫療照顧目標也徐徐轉變，轉移減少身體不必要的痛楚，得到合適、有尊嚴、自主的選擇。香港醫學昌明，若處於病患的末期，也可以依靠多種儀器及藥物「維生」，努力撐下去，延續生命。然而，中大賽馬會公共衛生及基層醫療學院於 2017 年的問卷調查中，超過八成人士表示若確診絕症，傾向接受對身體徵狀控制的舒緩治療，多於插喉等維生治療，以減少進出醫院

及接受不必要的入侵性治療；八成半受訪者認為接受晚期治療種類，應以病人意願為依歸，多於醫療決定。本港去年就「預設醫療指示」開展公眾諮詢，但仍未立法。（可見另稿）

「心」靈需要 道得及時

面對臨終的過程，要接受死亡及轉化成動力，內心經歷實在不簡單。在《論死亡與臨終》中指出當中五個階段：驚慌抗拒；遷怒得病；進而確認已到難以扭轉的情況；討價還價，不能接受即將離開世上，直到感覺生不如死，是個家庭負累。情緒反覆出現，直到接受死亡限制才較穩定。除了圓願能令患者放下遺憾外，能好好回顧生命「道」得及時，化解千仇，向關愛的人和事「道愛」、「道謝」、「道歉」、「道別」，讓人充滿感恩、安慰、祝福與無憾地離開。

「靈」的關懷

花開花落是自然界的定律。就算沒有任何的嚴重疾病，都知道總有一天要面對死亡。晚期病人回顧人生，探索自己的人生意義及體驗的價值。「善終」需要的不只是藥物及道別，還包括面對痛苦及死亡恐懼之時的心靈慰藉。不同宗教也帶給人對死亡不同啟悟。不論有否信仰，生死兩相安，就要坦然面對死亡的來臨，不要帶着牽掛，萬緣放下。病人可令餘下的時間充滿意義，多姿多彩，掌握在自己手中，發出最後的光輝。



「社」會支援

除了以上病人及家屬的努力外，要讓晚期病人好好活出豐盛生活，社會政策必不可少。縱觀其他地區，《經濟學人》最近一次公布的臨終關懷的死亡質量指數報告，英國蟬聯榜首、台灣第 6 名，位於亞洲之冠，而新加坡第 12、香港第 22。

調查指英國具有完善的全國政策、臨終關懷融入國民健康服務體系、寧養服務發展優良，還有社會的積極參與。而台灣則是全球最早實行臨終關懷體系的地區之

一，於 2000 年就立法施行臨終關懷條例，近年更推行全面的研究、臨終關懷的廣泛培訓、舒緩治療及免費的高品質服務。

至於香港之政策仍以治療護理為主，舒緩服務發展頗緩慢，還需要參考成功的地區做法。若然政府能加大力度於政策條例制訂上，並召集醫療體系以外的專業及社區參與，共建「醫社心身靈合一」的互補網絡，相信會是香港市民的福祉，讓晚期病患者及家人安然面對人生的終結，不用四處奔波尋找可用的社區資源。



◆ 巧竹