

擁抱夕陽服務計劃 季刊

1

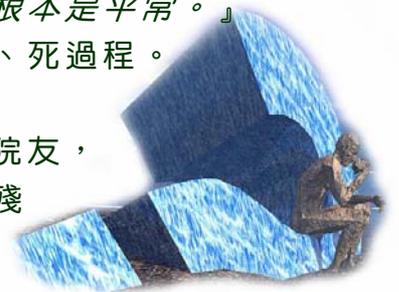
2008年10月
創刊號

靈性照顧

文 | 盧耀文

『為什麼雙鬢斑白，光彩消失面容上，…… 為什麼竟會生病 輾轉反側在床上……
問為何常存空想 愁病誰可免，是眾生必須經過，四苦根本是平常。』
以上的歌詞，道出人人必須經過亦必須面對的生、老、病、死過程。

我們每天生活都需要有希望和平安，對於年老、有殘疾的院友，他們面對的前路和希望還會有些什麼？面對病患痛楚、衰殘及面臨死亡，還有多少平安心境？



對於我們，不論在那個崗位，看著院友的處境，我們能明白他們多少？每天看著老、病、死的景象在與我們天天一起，有著感情連繫的院友身上發生，那無奈感覺難免對我們產生衝擊，甚至觸動我們對人生意義的疑問。我們也很需要平安和盼望。

靈性 是每個人，不管性別、性格、學歷、職業在內心深處皆有的一種渴求，就是要找尋生命的意義，尋求心靈的依靠和慰藉。靈性照顧就關心院友在這個範疇之中的需要。對此大家不期然就會想到宗教信仰，然而在9月17日，我們榮幸地邀請到資深的院牧周美蘭女士在名為《向著更好的靈性照顧出發》的研討會，在會上她提醒大家不要忽略人與人之間的關係在靈性照顧上的重要性，每個人都可以為其他人提供靈性照顧，以下整輯其中內容的概要與大家共享。

對人生意義有質疑時的支持

其實我們一生都在尋找生存意義，對於院友來說，面對身體及情緒上的痛苦，更容易引發對於生存意義的質疑，院友向我們表達困苦時，很需要我們理解他們的處境。透過理解雖然不能把院友的困苦拿走，但讓他們知道有我們的關心和明白，對他們來說是很大的慰藉和支持。



自我形象受損的重建

在失去自理能力下，不少院友常有負累別人的感覺，他們非常需要被肯定，我們可以在彼此接觸與相處中，留意院友的優點，並對院友願意溝通、合作表示我們的欣賞和感謝，協助院友重建自尊。



燃亮當下的期望與永生的盼望

院友對人生容易失去盼望，也會對死後何去何從懷有疑問及恐懼。基督教信仰有助燃點永生的盼望，另一方面，對於院友在當下一些遙不可及的期望，可嘗試助他們轉化為具體而又可達致的目標。



愛與被愛的滿足

家人、朋友和我們都可有助院友滿足愛與被愛的需要。親朋的愛對院友來說當然是最重要，但不可忽略其實我們與院友的關係十分密切，我們可在院友對愛與被愛的需要上給予很大的滿足。

這次研討可說是我們一起學習為院友提供靈性照顧的起步，鼓勵大家在同事之間就以上內容進行分享，討論如何具體為院友提供更好的靈性照顧。如果你有一些想法，投稿來與大家分享吧！若你希望在這個題目的那一方面有進深的研習，也記得告訴我們。

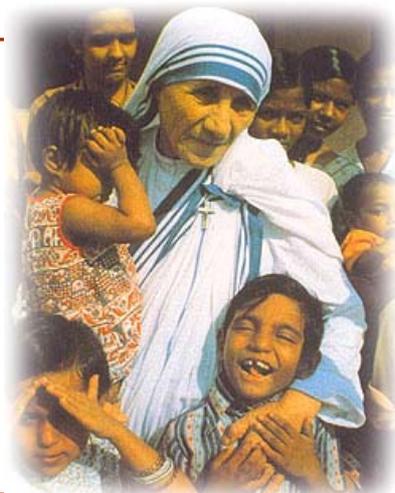
在此祝願院友與大家都滿有平安與盼望去渡過每一天。

我最關心的是人們生活在孤寂無助、被遺棄、沒有被愛當中，這是人們最大的痛苦。

我把街上的一名流浪者收留在院內照顧，他對我說：『我在街頭流浪時只覺自己活得像一頭動物，但現在即使快要死去，我感到自己像是一個天使，因為我感到身邊圍繞著愛和關心。』

(德蘭修女)

(摘錄自 Mother Teresa, In my own words)



台灣馬偕之行 再遇南丁格爾

文 | 黃玉珍

在 08 年 9 月 7 日 至 13 日，我們同事在復康中心支持及安排下一行四人遠赴台灣馬偕安寧(本港稱紓緩)中心，展開為期六日緊密及充實的交流學習之旅。在這期間，我們跟着不同導師了解當地安寧醫護的發展及實踐情況；當中包括安寧護理，心理社會照顧、靈性照顧，安寧義工培訓，更有幸參與了「音樂治療」課程，並隨居家照顧護士進行家訪及到急症醫院作共同照顧 - 《安寧醫護諮詢及評估》。

在密集課題中，若要數算最深刻的片段，就是外出工作的居家照顧，所謂居家照顧，如同香港紓緩照顧家訪護士工作一樣。當天我們在 4 小時探訪了 3 位安寧病者。可能你們會問，要上半天工時才服務 3 位病者，護理工作一定很繁複，但當天我們只作了問候，基本的護理工序，包括：替病人更換尿管、抽痰、洗傷口，甚至推病人到浴室淋浴，然而在如此基本的護理中卻使我為這位居家護士的投入，從心散發出來對病者關心所吸引。她每到一位病者家中，一定展開問候才開始作護理工作，施行護理時，她一面解釋，一面安慰，更不時坐在床上與病者作最近距離的接觸，與病者一同分擔病苦，亦分享同行的時光，這份投入與熱誠，吸引了我這位不懂國語的外人，亦坐於病人床上，以雙手輕拍病者低聲說加油。



我相信熱誠可以感染人，亦使我有一刻自責，因我在最初亦質疑，如此簡單，基本的起居照顧，豈需用上這麼多時間，豈需用上一位護士，但同時間，我眼前亦浮現一位在晚上攜着燈，照顧病人，只是給他們需要的涼水，滿足他們心底最簡單需要的護士 - 《南丁格爾》。



義工感言

文 | 阿施

「我不介意院友是否能夠在每次見面時喚出我的名字，或是否記得起我。我只希望他們能享受每次的相聚。」



由於工作的轉變，空閒的時間多了，我思考怎樣有效地運用時間，或是充實自己、或是服務他人。偶然間知道「擁抱夕陽」服務計劃，就本着一試無妨的心態參加。課程中我有機會再次思想到生命的無常和死亡這個不速之客隨時到訪，也讓我體會到視障長者和嚴重弱能人士的限和感受，提醒自己要多從別人的角度看事物。在服務中，我們分別到嚴重弱能人士和視障長者的院舍探訪。我探訪的院友大都是體能較弱的，她們有些閉着雙眼坐在輪椅上，沒有多大反應，每次都是我單向地告訴她們院舍周圍的風景，或是利用身體的接觸（如輕撫她們的手臂、輕握她們的手掌、輕拍她們的肩膀）來表達對她們的關懷。雖然我不能聽到她們的回應，但每次為她們把輪椅推到院舍外，讓她們在鳥語花香的環境下享受微風，舒展一下身心，也是一件好事吧！

關懷的裝備

文 | 莊紹梅



恰當得宜的身體接觸，
猶如千聲問候萬句祝福。

在過程中，感受到義工們對服務的投入，除了懷著學習的心外，更希望可利用課堂中所學到的，實踐到院友身上，為他們減少點點的不適。

從第一屆到第二屆的「夕陽無限好」義工培訓課程中，我們招募了各方有心之士，跨過地區和時間上的限制，加入成為我們的關懷大使，到中心內不同的伙伴單位進行關懷探訪。

面對體弱院友時，難免會感到有點手足無措，不知應從何入手，這可能是你我都會遇到的問題。在言語溝通以外，我們還可以如何表示我們對院友的關心呢？在探訪之中我們感到身體語言有時比起言語溝通來得更為直接和重要。因此，在9月20日，我們與本中心的物理治療部合作，邀請到物理治療師蔡 Sir 為我們講授了一課「輕柔按摩技巧」，讓我們可學習更多的新知識及技巧。



我們除了希望透過按摩，能有助紓緩院友的身體不適外，更希望透過這身體語言，讓服務對象感受到愛與關懷，感受到我們與他們同行。

385 留言區

擁抱夕陽服務計劃是以《紓緩照顧》方式，滿足處於晚期生活中的院友在身、心、社、靈方面的需要，陪伴他們步過這美好的人生路段，亦令院友家人及照顧者也能與院友共賞這充滿溫情與關懷的夕陽風光。我們這份季訊的出版，是要把《紓緩照顧》的相關資訊提供予位於不同崗位的照顧者，作為一個集思廣益、交流經驗、分享感受和互相支持的平台。我們珍惜大家的投稿或對季訊內各文章的回應，篇幅的長短不拘，我們重視的是可以彼此攜手同行。

督印人：袁漢林 編輯小組：陳少珍、黃玉珍、莊紹梅、盧耀文(編輯)
設計：盧耀文、趙嘉敏

地址：香港香港仔惠福道4號賽馬會復康中心C座2樓(擁抱夕陽服務計劃工作隊)

電郵：y1sw02@tungwahjcrc.org.hk 電話：28709385