



東華三院

Tung Wah Group of Hospitals

擁抱夕陽服務計劃 季刊

生本有限、活可精彩，擁抱生命、細賞晚晴

2012年12月

13

尊重我的意願，由聽我說開始

● 盧耀文 頤樂護理安老院主任

近月我們與葛量洪醫院紓緩醫學部合作推廣預設醫療指示，首階段在復康中心內六間視障長者護理安老院進行。在短短的推廣期內，參與的長者人數一直在增加，在鼓舞的同時，亦有一些體會與大家分享。

在近數次與長者製訂指示的過程中，可以把長者的心聲綜合為：『如果生命要終結，我不介意，只希望死得安樂，自己不受苦，也不要連累家人。』當聽到長者們說走了便算、甚或最好快些死之類的說話，心裡便有點戚戚然，很快想給他們回應一些安慰、鼓勵之類的說話。生命有限，人人都知，但當真正面臨生命界限时，又是另一回事，百般滋味，亦苦亦甜，苦、也許是長者們無奈地接受死亡步近的現實，甜、也許是看透人生的睿智。而我要問自己的，就是常說的同理心，此時可以「同理」到什麼程度呢？另一句『可以走得安樂』，聽起來很敏感啊！但也提醒自己，要清楚向長者及家屬解釋它與安樂死的不同，有時長者的意思只是死得安心和舒服而矣，問題只在「安樂死」這譯名容易令人混淆和誤會。至於『不要連累家人』這種想法就是在很多人當中也很普遍，我們中國人

的家庭觀念至今仍然很重，過往的工作經驗中，很多時在傾談照顧計劃時，總要請來一家大小，而且發言及至作決定的，往往不是長者而是家人。這次推行預設醫療指示，雖然仍重視家人的溝通，但更強調長者的主角地位，從尊嚴自主，或從減輕負累感的角度，我都認為是一個很好的進步。

當社會上仍在為應否立法而拖拖拉拉時，我們試從尊重個人意願的角度出發，一方面促進長者們明白將來有機會發生在他們身上的醫療安排，從理解中表達他們的意願，同時亦從過程當中，讓他們說出對自己生命處境的心聲和感受，可說情理兼備。

計劃的推行仍在初階，期待在一段時間後，可以在這裡再告訴大家我們有什麼新的進展和體會，而且更希望見到社會對這個議題會有更大的進步。

有預備，梗好 D
ADVANCE DIRECTIVE



預設醫療指示 傾好、講好，安心預備好！
為人生最後的醫療照顧早作準備。

預設醫療指示

Advance Directive

● 李祖穎醫生（葛量洪醫院紓緩醫學科）

病人在自己精神上有能力作出決定之時，就日後醫療護理作出預設指示（advance directive），指明自己一旦無能力作決定之時所希望接受或不接受的醫療護理形式。醫生在病人精神心智尚良好時，詳細解釋病情，讓病人先行就日後有可能出現的重大醫療決定作出分析及記錄，於日後若病人由於身體日漸虛弱而致神智不清及生命末段時執行，尊重病人自主權。

重要的醫療決定包括心肺復蘇搶救（CPR）插呼吸喉用呼吸機維持呼吸，插胃喉，和其他如心臟起搏器、洗腎、化療、輸血等。這些治療一般創傷性高。病人簽署預前醫療指示時，醫生須確保病人有足夠理解能力，能明白各治療選擇的利弊，分析及清楚表達。一般亦會主動要求家人在旁了解見證。簽署後文件妥善存於病人記錄中。

透過簽署預設醫療指示的過程，家人亦有更多機會了解病人對自己日後的醫療抉擇，有助溝通，並於日後面對親人離世時有更佳預備，亦減少日後替病人於臨終時作出重大抉擇時出現不知所措的壓力。

預設醫療指示只會在病人生命末段時，或病人已進入永久昏迷或植物人狀態時才生效。若病人神智清醒，醫生是會以當時病人的決定為依據。預設醫療指示簽署後病人亦可隨時更改及取消，亦會定時檢討及更新，尤其於病人病情有重大改變時更應多加留意。

在院舍生活的病人隨年齡漸長及身體狀態變差，多出入醫院，及於院舍眼見其他病人之經歷，再於院舍職員、護士及社工的耐心講解幫助下，更容易明白當中的情況。



葛量洪醫院紓緩醫學科跟賽馬會復康中心合作，致力為病人提供更適切紓緩治療，提高生活質素，亦希望透過適時的預前醫療指示，提高病人的自主權，及加強病人與家人及院舍的溝通。

走向時光隧道的入口

重遊舊地是人生回顧的一種方式，你試過嗎？當踏足滿載回憶的地方，一份埋藏已久的感覺便再次觸動生命的每個細胞。我曾陪同很多長者重遊他們的舊居故地，彷彿一起站在時光隧道的入口，聽他們把往事娓娓道來，長者說得開心之同時，我又聽出耳油，真的很有意思。

● 鄭思允（社工-紓緩照顧）

今年7,8月間，我陪伴三位長者重遊她們懷念的地方。其中兩位婆婆患有腦退化症。當踏足故地，與久別的朋友重逢，她們的眼睛都顯得份外明亮，彷彿都在努力把差不多閉合的思考匣子重新打開，在這刻再接觸到的舊人、舊事、舊地就成為她們開啟思考匣子的鑰匙。我發現，在不斷追尋往事時，她們也不斷拾回自己的感覺，即使腦筋如何遲緩，她們的笑容和說話都告訴我，她們與人和環境都緊緊接通了。

就像另一位婆婆，她選擇重遊初戀地方淺水灣。那天，她踏著細沙，向我憶述這段令她甜蜜也心碎的戀情。我心裡浮現出一個問題：「為何人們要追憶傷感的往事呢？」婆婆的答案是：「回去，是因為我想追憶年輕時的快樂和純真。」

回憶，其實並非只是緬懷往事，而是在不斷組織和追尋自己忽略了的一面。「人生回顧」就是讓長者觸摸內心世界，並與外在世界重新連接，從而肯定自己的存在意義，令人生更豐富和充實。我相信，人的生命價值也在乎能夠思考，而非吃喝拉睡。人與動物之間最大的分別，也莫過於因為我們能夠明白到自己的存在意義吧！

最美的時光別錯過

● 關啟欣（社工-紓緩照顧）

「最美的時光別錯過」閱讀報告徵文比賽在9月27日於聖士提反書院舉行了生命教育工作坊暨頒獎禮（右圖：得獎者與嘉賓合照）。參賽者中雖然對於人生晚晴有不同的見解，但不約而同地表達著一個信息：死亡是人生必經的，人們不願談論死亡，其中一大阻力是不知怎樣面對失去親朋的不捨和傷痛。



很高興看到有參賽者對於死亡能夠由避而不談，到願意嘗試了解它。有人從中悟出活著的意義－珍惜身邊的人和事，學習活在當下；有人聯想到自己親人的死亡，重新思考生死的意義－“無人能掌握自己的生死，關鍵在於如何把握生命中最後時光，以愛和寬恕，將之轉化為生命中最美的一幕。”（黃雋康）當明白到只要有愛，珍惜與親人相處的時光，盡力完成其心願，即使“死亡結束了生命，但無法結束關係與回憶”（何樂晴）。比賽雖然結束，但生命故事仍然繼續，大家努力為末期病患者與家人付出愛與關懷，在生活中不斷上演，「最美的時光」便會出現。在此鳴謝突破出版社合辦本活動及聖士提反書院借出場地舉行頒獎儀式。

● 莊紹梅 (活動幹事-紓緩照顧)

有沒有想過，找一個時間靜靜地坐下來，放下工作、放下惱人困擾的事，寫意地享受一口熱茶。

有人認為是一份奢侈的期望、又或是一件「不可能的任務」，但那怕只是數分鐘，其實都是我們所需要，而且值得擁有的。

在 8 月 5 日，我們相約義工到烏溪沙青年新村，一起在廣闊的大自然環境下，放下生活中的煩囂、勞累，靜下心來，關顧自己的需要、情緒和感受。

義工朋友們每週都探訪院友，一起到花園散散步；精神好的時候，一起談談近況、回想往事；如未能用言語溝通，便給予輕柔按摩、聽聽音樂……看到義工們打從心底裡關心著院友，心裡有著滿滿的感動。事實上，義工朋友與院友的相處、同行，彷彿與他們一同經歷生活上遇上的高低起伏、喜怒哀樂，但是對於自己，卻好像欠缺了這份心思，忽略了好好的關顧自己的感受。

這天，我們嘗試把時間都給予自己，讓自己放鬆，也讓自己回想及思考「關於我」的種種事情和感受。我們學習如何欣賞自己，發掘出對自己重視的人和事，也寫下了對自己的期許。這段時間，能夠與自己對話，與別人分享，感受身邊忽略了的事情，在每次關心別人的同時，我們都需要問一句，你關心了自己沒有？

此刻，不妨一邊在細看這篇文章時，也一邊給自己享受一口熱茶吧！

(特別鳴謝譚家健先生擔任這次義工日營的義務講師)

「開·心」加油日營



督印人：袁漢林 編輯小組：盧耀文(編輯與設計)、黃玉珍、關啟欣、鄭思允、莊紹梅

地址：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：jcylcah-pcteam@tungwah.org.hk

電話：28709150

季刊內各篇文章，歡迎回應