

# 淺談安寧療護



撰文◎家庭醫學科醫師 鄭文琦

你很重要，因為你是你！最後一刻，你仍是那麼重要！我們會盡一切努力，幫你安然逝去；但也會盡一切努力，讓你好好活到最後一刻。

—安寧創始者 桑德絲

最初大家認識安寧療護，多從癌末病患開始，但近幾年臺灣人口逐漸老化，許多老人雖非罹癌，卻也長期飽受慢性疾病的折磨，直至終點；如何讓他們擁有較好的生活品質，也成為當前安寧療護的重要課題。

## 何謂安寧療護

安寧療護是針對預計生存期只有半年甚至更短時間的疾病終末期患者提供的一項服務，以多學科照護團隊形式，以患者和家屬為照護對象，提供包括軀體、心理、社會、靈性的全方面的全人照護，從而提高生命末期生存品質，使患者能夠安寧、有尊嚴地度過餘生，同

時維護家屬的身心健康。

## 安寧療護的理念

安寧療護的理念是給予患者「心理與靈性照護」，透過由醫師、護理師、營養師、藥師、心理師、志工、社工師、靈性關懷師、藝



術治療師、芳香治療師及音樂治療師等人員組成的團隊，為患者及其家庭提供幫助，在減少患者身體上許多不適症狀的同時，更關注患者的內心感受。安寧療護的出現，是基於一個信念——人在有生之年，其生命應備受尊重，富有意義及值得他人所懷念。團隊會協助患者有尊嚴地走完人生最後一段旅程，讓逝者了無牽掛，生者亦能堅強地繼續自己的人生。

## 安寧療護的協助項目

在症狀的控制方面，醫師協助緩解病患以下的常見末期症狀：疼痛、呼吸困難、咳嗽、咳痰、咳血、嘔血、便血、腹脹、水腫、發熱、厭食、惡病質、口乾、睡眠／覺醒障礙、譫妄。


在舒適照護方面醫療人員提供：病室床位和無障礙環境規劃、口腔與會陰護理、腸內外營養補充、靜脈導管維護、留置尿管護理、床上洗頭擦浴、進食飲水、排尿排便、舒適體位轉換、醫療器材使用方法教學。

在心理靈性方面社工師、靈性關懷師及心理師：經由心理社會評估後給予適切的心理支持及人文關懷、協助專業醫療人員與病患有良善的溝通、適當地應對病患與家屬的情緒反應、尊重病患權利、協助尋求媒合社會支援系統。除了死亡準備教育外，還要設法替病人家屬問到，病人對人生的思考以及死後的要求、為病人精神上的乃至宗教方面的要求，做一些實際的事情。終末期臨終病人面臨不可逆轉的死亡，身體上恢復健康是沒有希望的，但是在臨終患者的靈性層面，卻可以有峰迴路轉的生

機，有獲得進一步昇華的可能。最後再對家屬作哀傷輔導和遺族的追蹤服務。

## 讓逝者安心 生者不痛心

恩主公醫院提供安寧居家團隊服務，所服務的安寧居家人數與品質，連續三年維持在新北市第一名。「安寧居家服務」就是讓病患及家屬在安寧病房內所得到的照護，搬到院外實行。因為要讓病人決定在何處離世，可能是家中或入住許久的安養中心，還要完成他們的心願；也讓臨終者的親友，可以在熟悉的環境，陪伴親愛的人度過最後時刻，這不僅是對垂危者的安慰，也為親人留下了一生的回憶。

最後要談到近來備受關注的「斷食善終」議題，提到斷食善終就需先瞭解安樂死。安樂死是病人授權醫生使用外力、幫助其快速死亡，斷食善終則是安樂死的一種方式。但安寧醫療「非」安樂死，不是什麼都不給，就這樣結束患者的生命，而是使用各種手段減輕病人痛苦，「不加速也不拖延死亡」。總結來說，安寧療護是盡一切努力照顧患者，讓他們活到最後一刻，並協助臨終患者度過一段舒適，有意義有品質的生活。 

## 作者介紹



鄭文琦 家庭醫學科醫師

一般常見疾病診療、各種長期慢性病的追蹤治療、肌肉缺少症、健康問題諮詢、預防保健篩檢服務、疼痛控制、安寧緩和醫療相關業務、戒菸治療、功能營養減重醫學。