

# 自序

午後，病房外紛紛細雨，洋洋灑灑的讓人覺得睡意綿綿。從做實習院牧起，進入病房從事靈性關顧的服侍已十年，大部分時間都是在晚期病房中度過，每天都在經歷各種動人故事。病友、家屬、醫護及醫院相關職位的同事，有哭有笑，有遺憾，自然也有感恩。

可能是晚期病房工作的人都會有的習慣，總是想着或許下個就是自己。所以雖自覺年資尚淺，但萬一下個真是自己的時候，總應有點甚麼可以留下來，為有需要的人提供些許幫助，因此，就有了着手撰寫此手冊的意念。

本手冊的內容正如其名，就是想給那些內心有愛、願意或需要擺上時間和精力與晚期病患同行最後一程的人。你無需受過醫療、社工或心靈關顧的專業訓練，本手冊致力提供的就是最基本的全人照顧理念和臨牀實踐方法，希望給從零開始的你基礎的臨牀照顧指引。

手冊以虛構的紓緩及臨終照顧病房招募義工故事為背景，借不同人物的生命經歷串連相關理論知識、實踐技巧，以及個人層面的能力等與晚期病患同行所必備的要素。每章

最後以本人有限的基督信仰知識為出發點，對相關議題的探討作為總結，希望可以給予使用者不同層面的幫助與啟發。

2023年，是我作為院牧在紓緩及臨終照顧病房（Hospice & Palliative Care Center）全職服侍的第七年；接受臨牀牧關教育（Clinical Pastoral Education, CPE），包括跟隨何桂萍修女接受督導訓練在內的第十年；接受耶穌基督成為生命救主的第十五年；又適逢母校香港中文大學崇基學院神學院成立六十周年。這本手冊可以在今年獲出版社接納並着手出版事宜，對我來說真是記錄上主奇妙恩典的最好憑據。

在此，要特別感謝在臨牀遇到的每一位病友和家屬，是他們的接納，我才有同行的機會。感謝每一位病房同事的信任，讓我有力量可以堅持到今日。

感謝不吝賜序的五位前輩導師，或許很多人願意翻看這本手冊，全賴他們的推薦。此外，還要多謝馬偉利牧師、陳一華牧師、陸亮博士及莫永暉博士在過程中的支持與鼓勵。

還有我能活到現在並寫書，當然要感謝爸媽在艱辛環境中愛的付出、弟弟的溫暖陪伴；感謝一直照顧我身體健康的醫生們，例如比我自己更在意我健康狀況的澳門仁伯爵綜合醫院腸胃科伍家驥醫生；感謝澳門醫療事工協會曾潭飛醫生、陳郁輝醫生等理事同工們的關心，最主要是因為有很多

有心人的奉獻，才讓我有此服侍的機會。還要感謝很多讓我在服侍的道路上倍感安心與溫暖的每一位同路人。

行文至此，已經超了出版社的字數要求了，但仍要講出我對基督教文藝出版社諸位出版委員的欣賞。擺上優質資源，出版一位在小小的澳門街、默默無名、只負責三十五張癌末病牀院牧的著作，這需要極大的勇氣和非凡的眼光，在此特表鳴謝。

總之，既然擁有從上主而來美好的恩賜，就要辛勤服侍。這本手冊整體來說是以「外功招式」為主，輔以「內功心法」來完稿。最後要多謝的是購買、閱讀並將其付諸行動的每一位讀者。因有你愛的行動，才讓更多的心靈感受到天父世界的美善。

祈願基督教文藝出版社在新任社長江程輝弟兄的帶領下，發揮上主獨特的呼召與恩賜，堅守使命、同心奮進，邁向盼望新境界。

孫岩

2023年聖靈降臨期第七主日

小暑，於澳門

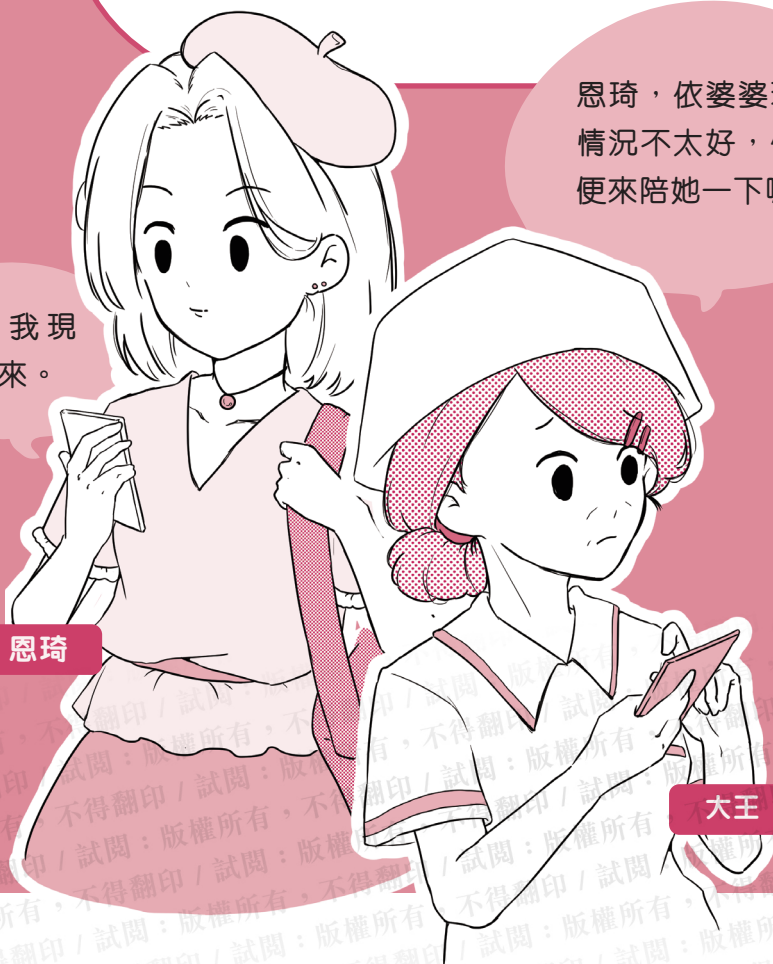
# 全人關顧及 安寧療護理念認知

恩，我現在就來。

恩琦

恩琦，依婆婆現在情況不太好，你方便來陪她一下嗎？

大王



## 全人關顧定義

全人關顧（Holistic care），中國不同地區有不同的翻譯，香港譯作「全人關顧」，台灣稱「全人照護」，大陸地區則為「整體護理」。

Holistic，來源自古希臘文 ὅλος，代表 whole，即完整、整體、全部的意思，也與 wellness 即「良好健康」同義。<sup>1</sup> 此字最早是在1920年由科學家史密斯（J. C. Smuts）採用，用來指由不同單位有秩序地組合而形成的整體，從哲學的角度，整體是個理論，而其各部分是緊密的互聯，但各自不能獨立於整體而存在，並僅僅可通過參考整體來理解，而一個整體是大於其各部分的總和。<sup>2</sup>

縱觀歷史，早期原始醫學會選用動植物（自然）加上一些禮儀（超自然）的方法來醫病，大約到西元前400年，才由希臘的名醫希波克拉底（即醫藥之父）將醫學的原則和實踐排除超自然的現象，將之建基於理性思維之上。<sup>3</sup> 到了中世紀及文藝復興時期，教會主力研究超自然（神、靈界）及人的思想，而醫生聚焦於處理身體上的問題。<sup>4</sup> 十九世紀初，細菌的發現；二十世紀中葉，抗生素的引入加上外科手術及儀器的發明，醫療的實踐更加集中在生物生理的領域。<sup>5</sup> 與此同時，神學家伊里奇（Illich）也提出很多藥物和非必要的手術帶來的有害副作用，以及許多人對藥物的過分依賴。<sup>6</sup> 心理學的研究也發現生理與心理的互相影響。精神醫學也顯示身、心、社之不可分割，緊密相連並互相影響的特性。<sup>7</sup> 進

入二十一世紀，被劃分在超自然範疇的靈性再一次進入醫學領域。據美國醫學協會統計顯示，大約有七成醫學院提供有關靈性或宗教與醫學的課程。<sup>8</sup>

在西醫領域，究其「全人關顧」的定義，也有不同的意義。可以意指那些把傳統文化中原有的靈性治療方法納入主流醫療系統的運動；也可以是整合輔助醫療或另類醫療（CAM, complementary and alternative medicine）的同義詞；而按世界衛生組織（WHO）1948年為健康所下的定義——不僅為疾病或羸弱之消除，而是體格、精神和社會之完全健康狀態——及之後幾十年間不斷的提出靈性為第四個因素的探討，現今人們對全人的定義，基本包括身、心、社、靈四個維度。<sup>9</sup>

而中國的人觀與西醫世界的概念是明顯不同的。中國道家經典《太平經》中的人觀就深入影響着中國的醫藥觀念。《太平經》視人為大自然的一部分，而大自然不是固定不變的，宇宙萬物都在流變當中，人和大自然都在同樣的原理中生成與變化。人觀與宇宙觀並不二分；萬物，包括人，都是由原初極端細緻的物質——元氣——所組成。<sup>10</sup>「元氣有三名，太陽、太陰、中和。形體有三名，天、地、人。」<sup>11</sup>「太陽取形體乃天，太陰取形體乃地，中和（即陰陽協和）取形體乃人。」<sup>12</sup>「夫人本生混沌之氣，氣生精，精生神，神生明。本於陰陽之氣，氣轉為精，精轉為神，神轉為明。」<sup>13</sup>萬物都有精有神，而萬物的存滅，本於精神之有無，人也自然是這樣，所謂「神精有氣，如魚有水。氣絕神精散，水絕魚亡」。<sup>14</sup>所以人從本體上精、神、形就是一體。

## 安寧療護理念

晚期病患照顧的相關服務理念雖然已發展一段時間，但至今仍然沒有統一的共識，不過主要涉及的概念及各自的側重點內容主要有如下幾個：<sup>15</sup>

善終服務/寧養服務（Hospice care），其中 Hospice（hospis）一字，最早在歐洲出現於十二世紀，是指由宗教團體為朝聖者或客旅提供住宿和休息的地方；至十九世紀，法國最早將 Hospice 用來照顧晚期病人，之後在愛爾蘭和英國相繼出現同樣的寧養院。<sup>16</sup> 直至英國的西西里·桑德斯（Dame Cicely Saunders），1967年在倫敦創辦了全世界第一家專為晚期癌症病人而開設的善終醫院，即聖基斯杜化善終醫院（St. Christopher's Hospice），正式將 Hospice 引進至現代醫療制度，作為照顧晚期癌症病人設施的名稱。<sup>17</sup> 這是一種提供紓緩治療的模式，對象是被確診疾病晚期及預期壽命少於六個月的病人；提供服務給希望在臨終時使用紓緩症狀治療的病人；服務包括紓緩照顧並全人即身心社靈的支援服務，也包括照顧家人的各項需要。<sup>18</sup>

紓緩治療（Palliative care），世界衛生組織所給出的說明是包括幫助病者和他們的家人面對威脅生命的疾病所帶來的問題，並及早發現作仔細評估痛楚及其他問題，包括心理、社交及靈性上的問題，目的是提升生活質素，可以於病情早期展開，與其他延長生命的治療結合應用，包括化療或電

療，還包括需要開展的研究，從而更好地瞭解和管理令人痛苦的臨牀併發症。主要目的是緩解症狀，肯定生命並將死亡視為一個正常的過程，不加速也不延遲死亡；提供支援系統說明患者盡量活得積極，直至離世，支援患者家人面對患者的疾病，以至家人的喪親支援；以團隊照顧模式照顧患者及家人的各方面需要，包括喪親輔導；主要着重症狀管理。<sup>19</sup>

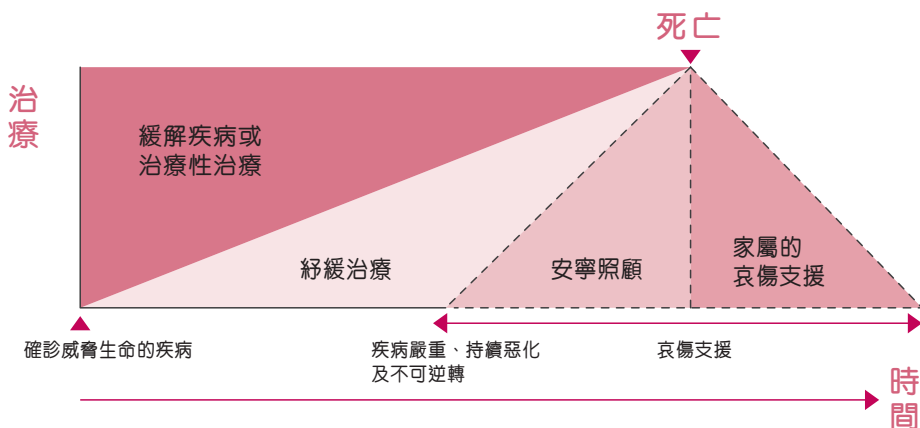
安寧照顧或稱晚晴照顧、臨終照顧（End-of-Life care），按英國國家臨牀優化研究院（National Institute for Clinical Excellence, NICE）所建議的理念包括：病者可能在未來十二個月內死亡，他已步進生命的晚期；跨單位、跨專業、普通護理及專科護理團隊之間的協作工作；照顧晚期病人的身心社靈；照顧方式是符合病人意願的，病人在希望的地方得到照顧，可以減少不定期的入院，以及避免在不適合的地方死亡；包括各項醫療及社會照顧服務。<sup>20</sup>

社區安寧照顧，是2014年由世界衛生組織（World Health Organization, WHO）與世界安寧療護聯盟（The Worldwide Hospice Palliative Care Alliance, WHPCA）共同發布的安寧緩和療護全球圖譜（Global atlas of palliative care at the end-of-life）中所提倡，建議採用生命進程的模式（life course approach），不過其照顧的族羣是所有有需要的長期疾病或確診患有進展性疾病的病人，為他們提供安寧照顧，不受預期壽命、接受照顧的地方和系統限制。<sup>21</sup>



隨着理念的逐步發展與融合，目前在臨牀應用當中針對晚期患者的主流服務理念，如下圖所示：<sup>22</sup>

### 現代晚期病患服務理念



在台灣，安寧療護的「全人、全家、全程、全隊、全社區」這「五全」照顧理念，是目前對現代晚期病患照顧相對比較全面的總結。全人就是全人；全家就是全家；全程就是從確診到病人離世直至家屬的哀傷支援；全隊就是整個醫療團隊，包括醫生同事、護士同事、病房助理同事、康復科同事、心理治療同事、社會工作同事、靈性關懷同事，甚至包括後勤支援（不要小看清潔阿姨和工友哥哥，他們也一樣重要），還有各位實習生，當然還有必不可少的義工朋友；全社區，就是在社區的醫療機構都可以提供相應的安寧療護服

務，方便選擇在家度過晚期的病友需要。當然這是最理想的狀態。

綜上所述，安寧療護其實就是華人常講的善終服務，主要包括紓緩治療/緩和醫療、安寧照顧/臨終關顧，以及貫穿整個過程的哀傷輔導/哀傷支援。所以就上圖中的哀傷支援而言，不止是在病情嚴重、持續惡化及不可逆轉時才需要，而是從確診威脅生命疾病的一刻已需要。關於此點，會在之後的相關章節詳細論述。

## 《聖經》 中的整全 健康觀

《聖經》對健康的理解緊密聯繫到沙龍（סלון）這個希伯來觀念。這個詞往往翻譯為平安，但它的意義不單指沒有衝突，沙龍是指在以上帝為中心的羣體中，人們與鄰舍有良好的關係，照顧彼此的身體、情感和靈性的好處，以及經濟利益、社會交往和環境安全。<sup>23</sup>

《聖經》裏的健康觀念也緊密聯繫到拯救的觀念，因為拯救的目標就是帶我們進入上帝的沙龍（賽五十三4-6，六十一1-4；約十四27）。<sup>24</sup>

馬太福音第九章描述一位患血漏十二年的女人，在第22節，耶穌轉過來，看見她，就說：「女

兒，放心！你的信救了你。」從那時起，這女人就痊癒了。

希臘原文中的救（σέσωκέν）和痊癒（ἔσωθη）兩個字源於同一個字根 σώζω，其意思包括醫治（heal）、拯救（save）和整全（make whole）。而整個醫治的過程，這個女人的血漏得醫治，即身體恢復健康；耶穌讓她放心並鼓起勇氣，也即在心理上給她力量；耶穌稱她為女兒，對於一個十二年來被視為咒詛的生命，無疑是在社交關係上的接納；而生命得到拯救，就是在靈性上恢復了與創造主的關係。

這些醫治的過程，使我們認識到基督教信仰的健康觀念無疑是整全的，包括個人生活相關的所有維度。

恩琦接到安寧療護病房專科護士大王（王護士，專科培訓畢業後大家開始稱她專科王，慢慢不知何故就變成了「大王」）的通知，匆匆的從自己開在醫院旁邊的花店裏揀了一枝白色的康乃馨，熟練地從抽屜裏拿了義工證，裹上大衣鎖好店

門，到隔壁的超市買了兩個暖包放在口袋裏暖手，冬日下午陰冷的天氣真不是討人喜歡的。

恩琦來到病房門口，習慣性的做了個深呼吸，進門後直接到了護士站，大王正在跟夜班的護士交班，抬頭見到恩琦，點了點頭就接着繼續做自己的事兒。恩琦將花用左手手肘夾着，空出左手，用右手按了些放在護士站供探訪者使用的酒精搓手液在左手手心，微涼的啫喱落在被暖包溫熱的手心，整個人不自覺的打了個冷顫。她一邊走去依婆婆的病房，一邊手上做着酒精潔手七步曲（手掌、手背、手指間隙、手指背、拇指、手指尖、手腕），剛好心裏把〈生日歌〉唱完。這是接受義工培訓時老師教的方法，一邊洗手一邊唱生日歌，時間就正對了。

恩琦來到依婆婆牀邊，柔聲的在婆婆耳邊說：「依婆婆，我是恩琦，我又來了，帶了您最喜歡的白色康乃馨。」

依婆婆，未婚，獨居，八十五歲，七十九歲時確診癌症，她沒有接受任何積極治療，直接選擇了紓緩科。月前因生活未能自理，入住安寧療護病房，一星期前已進入昏迷狀態，插了胃管（鼻餵管），也用了貓鬚（一條線的氧氣管）。

恩琦將花擺在婆婆能聞到花香的枕頭邊上，再用牀尾的酒精搓手液洗了洗手，一邊搓熱手心一邊坐到牀邊的椅子上，溫柔地握住婆婆有點濕冷的雙手。之後，恩琦說：



「依婆婆，您可能會好奇，為甚麼我今天下午四點就來啊？因為大王發信息給我，說您的情況不太好，所以我就趕來了。不用擔心我的生意哦，反正我不用交房租，現在是冬天，花材保存時間長，不會浪費的。哦，對了，我昨天抽空去看了小晴（小晴是婆婆養了十年的貓），牠在動物保護協會的旅館住得很好，牠不只吃罐頭了，也開始吃貓糧，管理員姐姐說小晴還會跟其他貓打架呢，正如您說的，牠確實挺厲害啊！呵呵……」

恩琦站起來，在牀頭櫃上的小噴壺裏裝了點溫水，說：「婆婆，我們給嘴唇做SPA啦！」然後輕柔的對着婆婆的嘴唇噴了兩下（末期病人多用口部呼吸，所以唇舌容易乾燥，但不能噴太多，因為多餘的水有流入呼吸道的危險）。

恩琦再次坐下，握着婆婆的手繼續說：「所以您不用擔心小晴，牠被照顧得很好。另外，我會在這兒一直陪着您的。」

下午五點半，已經下班的大王給恩琦送來一盒還冒着熱氣的豬肉芹菜餡雪花煎餃。那暖陽般的金黃餃子，伴着冉冉上騰的白色雲朵，溫柔的裹着愛，帶着暖，充滿整間病房。