

临终关怀之灵性照顾

李嘉诚基金会医疗慈善项目
高级项目主任
林维德

临终关怀

- 重病来临时
- 人们不断的求治疗、求健康、求寿命延长【90+】
- 失效时：退而求其次-求无痛离开、求好死
- 又无效时：求救赎、求消业（用自己的虔诚和智慧化解业果，避免来世报应）
- 死亡的过程就是人们在实际情况不断从自我的实现里撤退

临终关怀

- 死亡的时间及地点**无法控制**，苏格拉底、柏拉图、亚里斯多德是当时整个世界的征服者，却是无法征服生命的衰败，无法征服死亡。
- 每个人都需要面对，**放下和舍弃及面对**绝不是观念上的容易。
- 备极艰辛—好像落入一片汪洋中。【死海】
- 从【知道自己生病】到【自己即将死亡】之间有一道看不见的门槛

临终关怀

- 患者第一次意识到他正跨到这道门槛时，会有很高的焦虑，可能不断的掉泪，急着找一些方法（宗教仪式，保证）
- 有些人会给不恰当的保证（别担心、会好的、一切没问题）
- 临终关怀里，我们是陪伴者，不是领导者，我们的出现就是一种礼物。【成都】

生命将尽时

- 面对临终议题，医疗照顾者和患者一样，充满困惑需要成长
- **疼痛管理**（61%患者没有足够的疼痛治疗）、**心灵需求的满足**(密切相关)
协助患者及**家属**有机会去反思他们的：
 - 生活经验\人生的贡献\遗憾\生存的意义\与他人关系的重要性
 - 家人、朋友、医师、护理人员、社工人员……
 - 都是很重要的角色，告诉患者你不孤单，我们会陪你到最后【直肠癌患者】帮助患者**把握当下---善---终**

临终关怀在中国

- 机构不足有限
- 针对晚期癌症患者
- 老年化人口（2007）预估到2050年中国将拥有世界24%的老年人，约4.5亿占亚洲的36%，世界上每4个老人会有一个中国人

缺乏专业的培训—专业化

- 缺乏支持—国家、社会—健全法令、社会（社区、学校、团体、宗教）的关注
- 观念的改变，教育的重要（人才队伍建设）51.3%工作人员回避死亡问题，66.7%对心理学知识掌握差。
- 刻不容缓

Physical

Tumour pain
Visceral pain
Bone pain
Nerve pain
Muscle spasm

Psychological

Fear
Depression
Sadness
Loss of confidence
Worry



**TOTAL
PAIN**

Social

Worry about finances
Loss of role
Loss of job
Friends stop visiting

Spiritual

'Why me'?
Fear of beyond-death
Anger with 'god'

临终关怀

- 针对临终患者死亡过程的痛苦而产生的诸多问题，积极的提供舒适的医疗环境、温暖的人际关系和及坚强的心理灵性支持协助患者善终家属善生的一种医疗服务---临终关怀。
- 第一层次---身体的照顾，减轻躯体的痛苦，提供舒适照护。
第二层次----心灵及社会的照顾，以倾听及陪伴，减缓面临死亡带来的恐惧、不安和孤独，给予所需的支持。
- 第三层次----陪伴及协助家属及照顾者度过哀伤期，重新站立，恢复正常的生活。 4C

临终关怀

- 随着社会形态的快速变迁，全人照顾，人性照顾逐渐被需要及重视。
- 临终照护目标不外协助达到较高层次的身、心、灵、社和谐。
- 当长期患病者、缺乏支持系统之患者、价值体系与医疗、护理措施有冲突者，容易产生灵性的困扰（spiritual distress）。
- 临床上及时的提供评估及灵性照顾显然是很重要的。
- 宗教师、心理师、社工师、艺术治疗师、音乐治疗师等相关领域的专业人士加入灵性照护的行业是必需的。

阶段性之心理照护【石世明】

	<u>Stage 1</u>	<u>Stage 2</u>	<u>Stage 3 ...</u>
专业照顾者 医生、护士 心理、社工 宗教师、志工	<ul style="list-style-type: none">• 你遇到很多问题• 我教你怎么做• 我行，你不行	<ul style="list-style-type: none">• 在你的处境下， 我也不知道• 我应该要帮助你	<ul style="list-style-type: none">• 不知道，愿陪伴• 愛、关怀能继续• 发掘内在正向力量
末期病人	<ul style="list-style-type: none">• 不要将我问题化• 不要将我病理化• 不要将你的价值加在我身上	<ul style="list-style-type: none">• 渴望受苦时 有人陪伴• 迷茫，需引导• 缺乏正向力量	<ul style="list-style-type: none">• 不孤单• 受苦获得接纳• 与内在自我，他人 高力量产生新连结
照顾结果	<ul style="list-style-type: none">• 医：用头脑处理临终• 病：用身体经验临终• 病人被迫做很多事	<ul style="list-style-type: none">• 医：无助 无能 无望• 病：独自运用机缘 进行心灵转化• 照顾者不明白病人如何转变	<ul style="list-style-type: none">• 医：感动，体验生命 改变自己的生命• 病：毛毛虫变蝴蝶• 医病共同成长

临终关怀

- 医疗、护理人员在**灵性照护**中的角色是举足轻重的。
- 有谁比医疗人员**更了解**病患的身体、心理、社会及灵性的整体状况？
- 但是大部分医护人员对临终患者只提供身体的照顾。
- 大部分医护人员及**一般民众都以为灵性就是宗教信仰**。
- 对灵性的**不了解**造成了提供灵性照顾的困难。
- 本身**灵性满足的状态**也是影响提供灵性照顾的原因。
- **生命越丰富，灵性越满足，才越有动机给予他人灵性照顾。**

何谓 灵性

- 人生而有灵性，是与生俱来的，是个人对生命最终价值所坚持的信念或信仰。
- 是一种内在的能力与泉源，在各人生存的核心中，提供了个人生存的意义。
- 是个人文化、宗教、教育、生命经验的学习与融合。
- 当我们遇到重大挫折时，更容易表现，在调试困难时，产生了心灵力量的提升，而寻找生存的意义与生命的定位。
- 生活态度的整合及生命意义的实践有赖于其。

何谓灵性

- 感到陌生？
- 这只是一个宗教上的名词？

灵性的探索和提升一切切的被需要。

随着年龄的增长，对灵性的追求越是迫切。

- 更盼望找到自己生命的目标和意义。
- 让每一天可以更充实。

An iceberg floating in a dark blue ocean under a light blue sky. The visible tip is white and jagged, while the submerged part is a large, irregular mass of translucent blue ice. The text labels are in red Chinese characters.

生理

心理

灵性

灵性

- 宗教徒则是一路走着灵性的路
- 没有灵性训练的人，身体的崩解是灵性出现的条件之一
- 灵性的开展是临终的大工程。
- 对病人来说：灵性与自我崩解是自然的随着身体的弱化而发生
- 对一个**灵性照顾者**来说---是一种修炼。
- 修炼者—**必须学习**---体会**自我实现**的退出是什么滋味，如何将自我实现所发生的一切如眼前的云彩，而能保持后退的心性。**有如湛蓝的天空—不容易，可行。**

灵性照顾

- 灵性照顾的**重要法则**
- 灵性照顾者需要有相当的**灵性体悟**，否则无法与患者产生**灵性沟通**
- **培养自己的灵性成长**，以**提供完整的灵性照顾**
审视自己的宇宙观、价值观及自身灵性满足的状况

余德慧（2006）

什么是灵性？

加里·芬克是马里兰州罗克维尔市蒙哥马利县
临终关怀机构灵性关怀与志愿服务部的副主席。

HOSPICE
FOUNDATION
OF AMERICA

灵性

- 生命的意义
- 生命回顾
- 未尽事宜的完成
- 牧者参与
- 找到不同的资源来帮助

灵性

- 【灵性】是独一无二的内在存有，是一种永恒的存在。
- 【灵性】的表现是藉由个体与自身、至高者、他人、环境间建立关系，使个体从中不断探寻其生存的重要因素，即希望、爱、归属感、宽恕、信心、生命意义、生活目的及生活经验的累积与融合
- 目标 是为获得一种超越自我及现实困顿的能力，终极表现则是超越生死的智慧。

灵性的特质

- **Burkhardt(1989;1994)** 描述了有关灵性的三项特质

1. 开显的奥秘 (unfolding mystery)
2. 和谐的相互缔结关系 (harmonious interconnectedness)
3. 内在的力量 (inner strength)

Lane(1987) 提及

灵性有超越 (transcending)、连系或归属 (connecting or belonging)、奉献 (Giving life) 及释放 (Being free)
四个特质

Greenstreet (1999) 等认为灵性包含了个人生活经验、成功与失败、快乐与哀伤、优点与缺点等所有的生活范畴

灵性的内涵

- 属于人最深处的一部分
- 并不只是与神接触的宗教倾向而已。
- 包含寻求生命意义的意志、目标取向、创造力、想象力、信仰、成长的憧憬、超越一切生理、心理的爱的能力
- 同时也包含寻求人生意义、人生目标、付出及接受爱、懂得宽恕并对人充满希望

灵性

- 综合有关灵性的特质与内涵
- 灵性具有超越、连系、奉献及释放等特质
- 含有希望、爱、归属感、宽恕、生命意义、人生目标、生活经验的融合等内涵因素
- 国内学者认为：灵性是个体的一种内在存有状态，可以超越时空不受实体的束缚，是生命永恒的存在，也是超越生死的智慧，可以帮助患者脱离痛苦得以善终

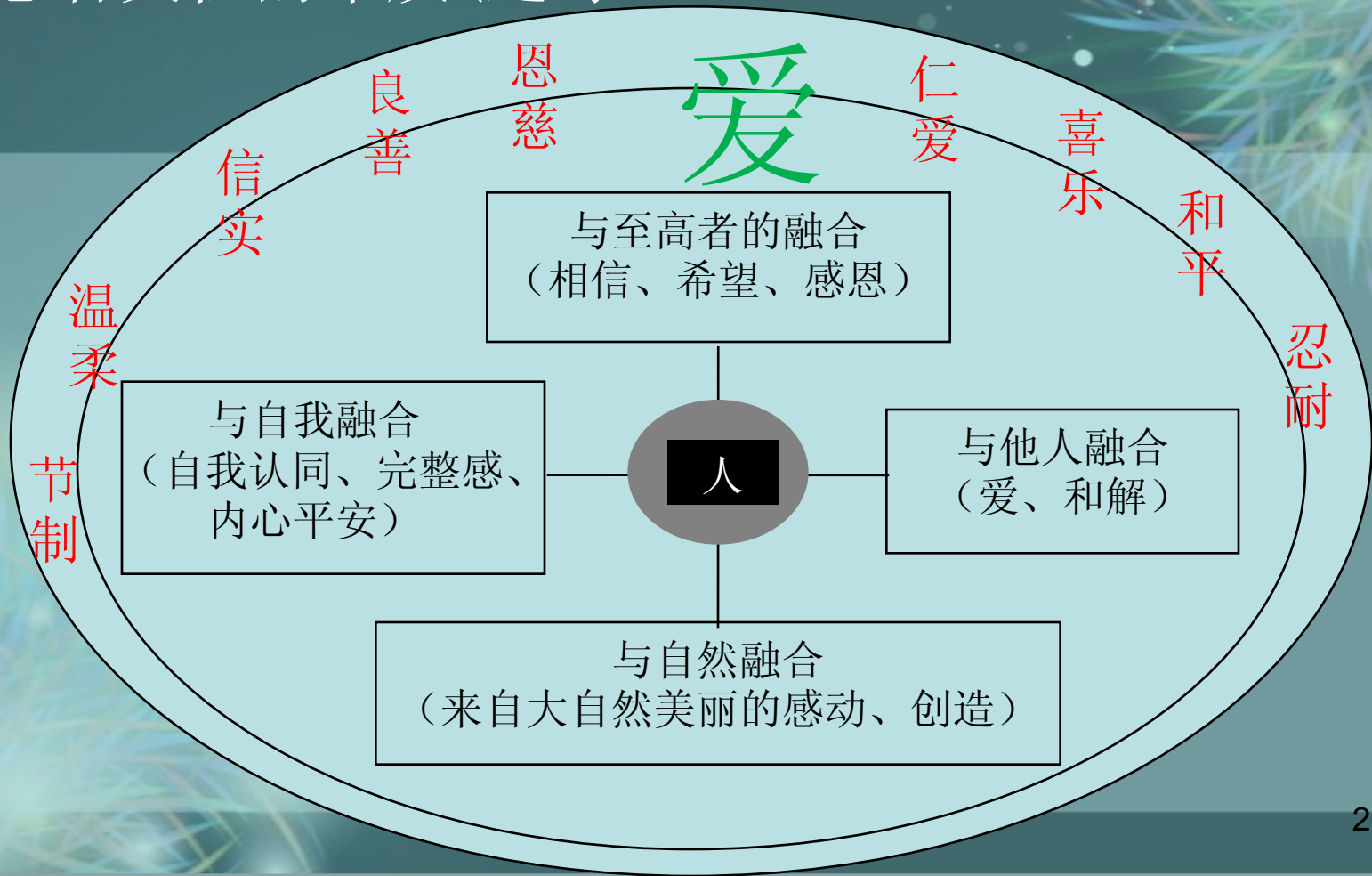
灵性安适 (spiritual well-being)

- 个体与自身、至高者、他人、环境之间维持和谐的关系，而且藉由探寻希望、爱、归属感、宽恕、信心、生命及苦痛意义、生活目标及生活经验的累积与融合的过程，
- 使自己达到心灵平和的境界
- 并拥有一股能超越自我及现实困顿的智慧与能力。

灵性照顾 (spiritual care)

- 指提供患者 身体、心理、社会、灵性的整合照护
- 运用倾听、触摸、沟通、同理心、社会支持等措施增进彼此的信任关系
- 而后，评估、计划、执行及评值等步骤，进而鼓励及协助其达到灵性安适状态

患者灵性的本质(赵等)



灵性的临床运用（林等）

天、人、物、我间的和谐关系

人性化的互动
人际关系是人生意义最具体的依据

他人（医护人员）
亲友
其他关系人
支持活下去的动力、放下仇恨宽恕，自己与他人共融，表示关爱和好

- 爱
- 接纳
- 尊重

角色定位澄清

- 至高者
- 生命终极意义

我

我的存在意义
价值及体认

反省体会定位

真善美的共鸣

大自然

宗教与牧灵人员
无信仰者
解除愤怒、接受现况、与天、神共融、信、希望、感恩

1 艺术治疗
1 音乐治疗
1 芳香疗法

大自然珍奇美好事物的感动（黄土高原）、共鸣、创造力与自然共融，受到自然之美与大地创造力的鼓舞

- 生命回顾
- 意义疗法

留下影音或文字资料、持续活着、完成心愿、失控到掌控、自我安排、决定，重新认识及建构

生命与自己共融
自我认同，全人，内在平静

灵性的照顾

- 可以满足人类**深层**的需求
- 身体是**灵性的土壤**，身体照顾也是灵性照顾的**基础**
- 灵性常**透过**身体来说话
- 医护工作虽然是以身体照顾为基础，但是**透过身体的界面**，却往往很快的可以**滑入患者灵性的领域【C&L】**
- 我们与患者透过对生命的臣服，**一起并肩探索**，使我们在灵性上**与患者相会**

研究

- 医护人员 【103】
- 觉察病人的灵性问题 【89.3%】
- 察觉患者对灵性照护的需求 【56.3%】
- 觉得目前灵性照护在临床上实行的普遍率 【不普遍：71.8%】
- 灵性定义不够清楚 【58.3%】
- 太忙，难以提供灵性照护 【66%】

研究

- 就学期间未接受过灵性照顾课程 【75.7%】
- 在职期间接受过灵性照顾 【76.7%】
- 需要增设灵性教育的课程 【66%】
- 需要患者灵性的需求及评估的课程 【87.4%】
- 希望以案例讨论了解灵性的课程 【77.7%】
- 医护人员对**灵性照顾倾向正向的态度** 【行为意向总平均 4.11】
- 医护人员**有**提供灵性照护 【72.87%】

- Dignity therapy (尊严的治疗)
How you want people to see you?
您愿意人怎么看你？
- What should I know about you as a person to help me take the best care of you that I can?
我该对你有哪些认识，好让我能尽我所能好好的照顾你？
- Care \ whole human being\whole person 在乎\全人类\全人



Blessing