

个人学习总结

广西医科大学第一附属医院宁养院义工 李慧



加入广西宁养院 2 年多了，期间跟着宁愿院工作人员一起出诊、自己去患者家里家访也有很多次了。加上完成过十多本旅行笔记，我也算得上是宁愿院义工中的“老油条”了。很荣幸能有这次去香港医管局学习的机会，让我在香港学到了很多，同时也认识了一群好朋友。这 3 天紧凑的课程安排，和 1 天有意义的参观学习，让我对宁养服务又有了新的认识。下面就谈谈我在香港学习的一些心得体会。

我们学习了解到，香港医院管理局是于 1990 年成立的，有着较为庞大的支持网络，其中包括：病人自助组织、非政府组织、公营及商业机构、几来自各方的义工。大家都秉承着“与民携手，保健安康”的使命，为病人提供良好舒适的服务。其中，义工在宁愿服务中扮演了十分重要的角色。无论是到家中探访慰问、个人照顾、护送陪诊，还是负责环境的美化、组织兴趣小组和病人自助小组、活动推广，还有哀伤慰问、灵性及信仰的支援等，都属于义工服务的范围。对于持

续不断增长的义工人数，医管局有着一个系统的培训及管理制度。对于招新义工，医管局有着一个统一的义工服务指引，并会定期的修改和检讨。宣传推广招募义工活动，对于来招聘的义工，会对其进行严格的甄选。这个是我们国内宁养院招募义工时没有的程序，总希望义工这样的免费资源能够多多益善。香港的义工甄选后，会按其性格和兴趣爱好，分配给适合他的工作，并会对义工进行专业的培训，使他们掌握合适的照顾技巧，还有加强他们的心理社交支持技巧。此外，义工的个人资料会进行登记和系统的归档。我们去东区尤德夫人那打素医院参观学习时发现，虽然义工没有工资，但宁养院每年都回有一次大型的活动，举行抽奖，以鼓励义工肯定他们的工作。对于资深义工，除了接受基础训练外，还有深层的中级训练和进阶培训。

不仅对义工招募要求严格，在宁养舒缓服务这一块，他们还遵守“五全照顾”这一模式。所谓“五全”，是指全程、全人、全家、全队、全社区的全方位照顾。这个模式是与我们内地宁养院不太一样的。他们工作时间，患者家属可以把患者接到医院的日间中心，这里有专业的医生、护士、医疗设备，还可以在日间中心参加各种兴趣班，陶冶情操增加生活乐趣。在病人去世后，义工可以参加其丧礼，并对其家属进行哀伤辅导。这是比较人性化的地方，义工已经融入其家庭，并对其家庭产生一定影响力。提供后期哀伤辅导，可以帮家属缓解伤痛，早日走出阴霾。除了全职医护人员和义工之外，香港的宁养院还有院牧/牧灵工作者。这也是香港医院的一个特色，他们的公立或私立医院，一般都设有院牧。因为特殊的时代背景，当年英国宣教士来到香港，同时也到医院传送福音，所以很多香港人都有宗教信仰。无论是基督教、天主教等，都是为给患者心灵的关怀、给一个信念让他们能在生命的最好旅程，放心所有的心结和遗憾，舒舒服服的离开。宗教信仰会帮助他们相信，上帝会宽恕他犯的过错，去到天堂会与家人相聚。不探究这个是不是真实的，但正因为这个信念，病人在宗教信仰的帮助下，不看自己失去的，而是看到自己现有的东西，会更珍惜现在的生活。

因为一场大病家里的经济负担会加重，再加上很多人会这样想“癌症=等死”，导致情绪更加低落。舒缓服务，恰恰是针对这些问题，帮助病人在生命晚期活得

更有意义。下面说一下我对临终关怀这方面的认识。临终关怀，又称宁养照顾、舒缓照顾，是为病人提供舒缓治疗减轻他得病痛，病症的控制，在情绪及心灵上支持和辅导，提升病人的生活素质让他有尊严有意义的安度余下的日子。整个舒缓服务，包括身、心、社、灵这几个方面。身，当然指的是身体上病痛的减轻还有病情的控制。因为病人生病后会出现疼痛、呕吐、便秘、疲倦、食欲不振等症状，医护人员和义工要照顾好患者身体上的不适，同时也要关注病人的心理。他们会害怕死亡，情绪低落，产生角色冲突，压力的增加，产生不同的心理问题，这都是需要我们帮助的。鼓励他们进行社会交往，不应该回避亲友。最重要的是灵性方面的关怀，帮助患者寻求生命的意义与个人价值，回顾一生对社会做出的贡献，使患者有尊严的走完最后的旅程。所以“癌症=等死”这个想法是不正确的，在患病之后也可以有多姿多彩的生活，对生命的领悟更深刻，更珍惜与家人一起的时光。也许患者这一生做了很多对社会有贡献的事情，用最后的光回来回顾最美的事情，这样生命也会更精彩！

“大病致家贫”在我们内地普遍都有这么一共识。家里有人生了大病少了一个劳动力，家庭经济负担必然加重，昂贵的医疗费用更是雪上加霜。加上现在我们社会福利制度还不够健全，得到的补贴仅仅能维持基本生活。在香港，社会福利与我们有点区别。对于教育和医疗方面，政府是非常重视的，在这两方面规定收取的费用相对较少。医疗方面，住院每人每天 100 港币，医生护士到家里出诊都是 60 块，就算再高级别的医生也是收取同样的费用。此外，会在评估病人的需要后，为其提供辅导服务、解决居住问题、一定程度上得经济和物资的援助，还有提供家政服务。社会工作者会帮助病人申请保障金、综援和一些医护设备（如：拐杖、轮椅等），以及整合社会资源等，让他们在生活上减轻负担。

经过了那么多天的学习，让我感触最深的就是对于“死”的理解。我们中国人都视长寿为福气，常说到“四喜五福”，其中“五福”就是希望自己和家人能够：长寿、富贵、康宁、好德、善终。原来早在古时候，人们就对身体健康并心灵舒适安宁，以及临终时心里没有遗憾和心结能安详的离开人世，有这么一个理解，这也是早期对宁养的理解，他们视之为“福”。大家都知道，在我们中国说

到“死”这个字，都认为是恐怖的字眼，很多人都避之不谈，或是用“回老家、卖咸鸭蛋”等词语替换掉它。家里有人患上绝症，家属一般也不愿意告诉病人这个消息。怕的是病人知道后心里压力大，情绪低落甚至想不开。不过，这些都是家属的想法。也许病人会很恼怒家人对自己的瞒骗，也许病人有很多未了的心愿，也许病人还有机会争取更好的治疗。病人有权知晓自己的病情，这是香港宁养院的大多数工作人员的想法。

我经过这次学习，对“死亡”也有了新的理解。每个人终究会死，无论何时、何地、以何种方式，都无法逃避。为何不用另一种方式诠释生命呢？一个巴士司机的人生使命是开车把每位乘客安全的送到家，送到工作的地方，不仅保障了乘客们生命安全还保障了城市交通畅通；一个家庭主妇的人生使命就是全心地照顾家庭，支持丈夫以使他幸福愉悦，养育子女以使他身心健康，并最终成为对社会有用的人；一个清洁工人的人生使命是保护我们城市的环境干净整洁，让市民舒适的享受生活，更好的为自己城市创造财富。每个人，根据自己的情况，都能找到自己的人生使命。

而在我看来，如果想要使你的人生充满价值感，充满希望达到生命意义的升华，最重要的一点，就是成为一个对他人有益的人——当然前提是首先能够满足自己和家人的需要。是的，在有生之年力所能及地去帮助他人，能够使你的内心充满满足感，你会更加喜欢自己，并充分感受爱的能量。这、是生命的力量，就是在关爱自己的前提下，去帮助他人感受生活的美好！“予人玫瑰，手遗余香”，这也是香港许多癌症患者之后也成为义工的原因。生命的另一个重要意义，还来自于回忆。我认为最幸福的一件事就是有一天当你年老，你回头看看自己的一生，发现自己曾经为社会所作出的贡献，帮助过许多人，你曾经通过你的双手创造过那么多美好的故事，你曾经用心创造过那么多优秀的城堡，那种欣慰和满足感，就是生命的意义。

最后，谢谢李嘉诚基金会给我们提供了这么好的学习机会，多谢这些天给我们上课的老师和细心的工作人员。希望我们携手把这份爱传递到全国各地去。