

香港賽馬會社區資助計劃 — 紓緩展晴計劃

贍明 · 驛站



編者的話：

義工，是每個服務機構不可或缺的寶貴資源，讓服務得以延續及擴展。服務對象往往更能從義工身上感受到愛和關心。

贍明會的義工，雖然不是很多數目，但從招募、培訓、實習至成為「真正」贍明會的義工，當中可看到義工們對服務信念的堅持及投入。我們很感恩義工們與我們一起同行，為臨終病患者及喪親者送上關懷及安慰。

是期會訊，分享了我們在臨終關懷探訪及義工服務的點滴，相信大家更能從那份無私奉獻中體會到人性的美善。



承蒙香港賽馬會慈善信託基金的捐助，贍明會的「香港賽馬會社區資助計劃 - 紓緩展晴計劃」一直與義工同行，更可以在服務當中發揮所長，讓義工陪伴晚期病人及家屬渡過每一刻。

生老病死是自然的定律，「如人飲水，冷暖自知」，沒有人可以避免及控制的。面對生命最後一段路，是「避而不談」還是「樂於傾談」呢？

為了更全面了解義工陪伴晚期病人面對生命抉擇的心路歷程，我們以問卷形式分別訪問了 213 位晚期病人及 78 位家屬(隨機抽樣)(年齡介乎 19 至 91 歲)，了解兩者面對臨終生命的抉擇及在身心社靈等各方面臨終需要之程度。同時，我們邀請了 5 位義工分享他們與臨終病人「共生悟死」的故事。

主辦機構：



捐助機構：

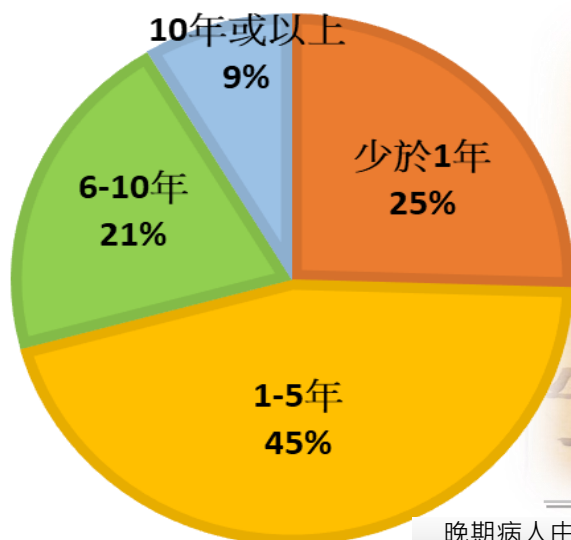


香港賽馬會慈善信託基金

香港賽馬會社區資助計劃 — 紓緩展晴計劃

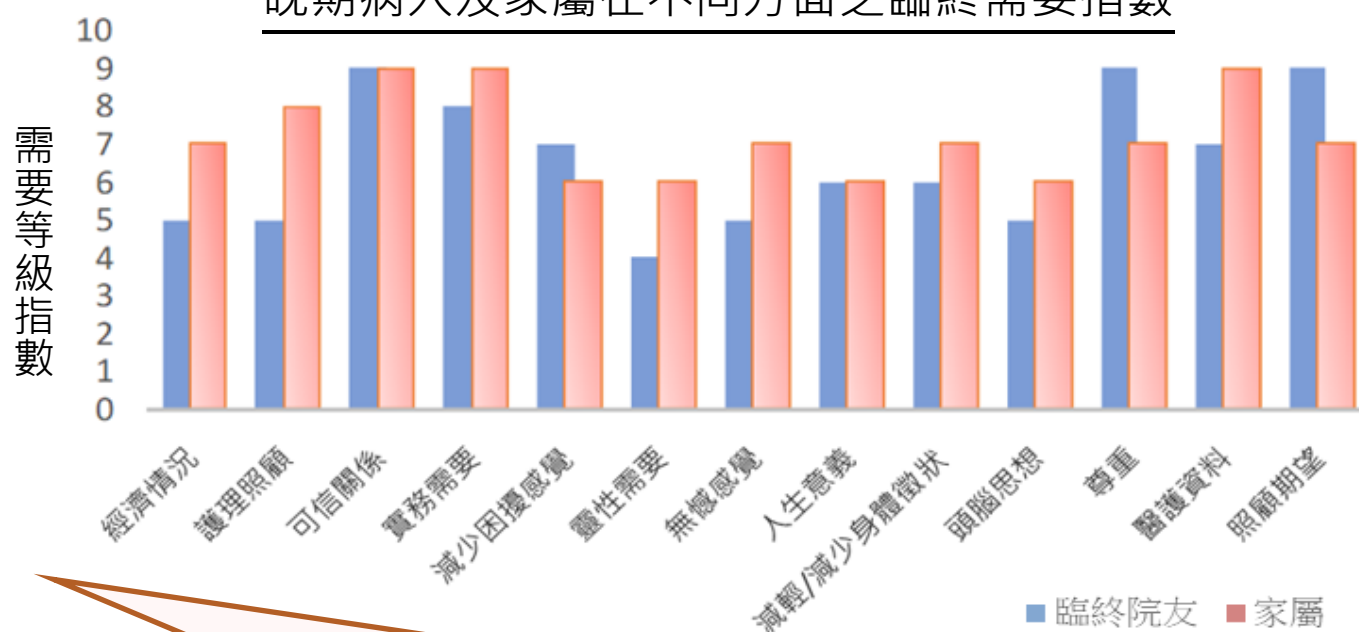
從調查至發現

面對臨終時期



晚期病人由醫生診斷指患有嚴重、持續惡化及不可逆轉疾病的病人，預期壽命短，但亦會因其他因素而致其壽命延長。

晚期病人及家屬在不同方面之臨終需要指數



從調查當中，訪者根據自己病患自身經驗及家屬對晚期病人角度在不同的身心社靈情況之需要作出評分，由1分(最少需要感)至10分(最多需要感)。在各項身心社靈等情況中，晚期病人的需要感評分與家屬從晚期病人角度相若(在13項情況中，臨終病人的需要感的總平均分為7.45，家屬從臨終病人角度為7.65)。在213位晚期病人中，可信關係(平均分為9.1分)、尊重(平均分8.8分)及照顧期望(平均分8.7分)之需要感為最強烈。而晚期病人與家屬在需要感的最大差別的項目都值得關注，如護理照顧、經濟情況等。

香港賽馬會社區資助計劃 — 紓緩展晴計劃

「義工」看見的需要

一句讚美和認同

義工黃佩茵

在紓緩病房當義工的日子，都有些感受。有時我會代入院友的心情，也會問問自己，在走到人生最後階段，最想聽到的又會是甚麼話兒呢？他們需要什麼呢？可能是在世上所做的事，得到肯定和認同。莫論是一位家庭主婦，養大孩子們的父母，或是一位打工小子，也是需要一句讚好，肯定你在生之時所做的事情及所作的貢獻。

有位院友，之前玩音樂的，擅長吹奏笛子，也在社區中心表演，在紓緩病房，看見我們時，都很想和我們分享他的演奏錄音，目的也是想我們對他的才華作出一個肯定。所以我們不要吝嗇一句讚美和認同的說話！



另外，有一位以前是駕駛巴士的，當他描述他駕着的「熱狗」巴士，雖然口說在炎熱天氣下的辛苦，但眼神卻流露出自豪的神情，可以養活了一家幾口，我們也欣賞他的辛勞，貢獻社會。



較嚴重的，都在單人房，目的是給院友安靜地和家人道別。當我走進病房時，看到院友的女兒和孫女在床邊交談，氣氛平和。她們在回憶和院友生活的開心日子，院友是位八十多歲的婆婆，有多位弟妹，大家知道這位大家姐有病時，都從地球的各方回來探望或經網上視像通話，他們都各能玩擅長的樂器，在大姐的生日日子，大家雖年過半百，但無減大家唱歌奏樂起舞的動力....珍惜餘下相處的日子。

孫女回憶着婆婆自家製印尼糕點和粽子，婆婆在她小時候特別為她做的兒童餐，婆婆女兒邊說邊握着媽媽的手，說到感觸之時，眼泛淚光；院友氣弱如絲，心有話兒說不出，手握女兒的手，在用心聽着我們的對話，有時用力握握女兒的手，想表達一下認同或想參與話題。



家族可以這樣團結，相信這位大家姐院友功不可沒；她創造了家庭凝聚力，讓家人常走在一起，互相支持鼓勵；弟妹雖身在異地，也拍下各自的生活片段，和大家姐分享！聽着這些點點滴滴，我也多了反思，人生匆匆數十寒暑，要珍惜和家人相處的日子。



「義工」看見的需要

瞓明・陪伴



「瞓」有辦法

昔日每個星期其中一天從不間斷探訪小樂(晚期病人)。最近，小樂的健康狀況不大理想，每次病發便是徘徊生死邊緣，現時多往返醫院，惟體力不繼舉步為艱，需要其他人協助，義工亦因疫情而有所限制，嘗試過不同方法支援，更需轉用視像形式關心，小樂表示一期一會，對佢十分重要，而對我更重視這段時間接觸。

義工 阿華

瞓「明」Café + Delivery

以前義工會定期到醫院的紓緩病房及家訪，讓晚期病人自己「落單」叫喜歡的點心和飲品。疫情期間，義工提及經常有病榻中的晚期病人品嚐美食那份愉悅，改以速遞形式送贈，知道末期病人生命將逝，一定不敢怠慢，分頭購買，以最快、最齊全及最優質的送至他們手中。我們讓食物及速遞送作為橋樑，傳遞那份愛與幸福的感覺。

義工 阿英

「陪」著你走

我是一個健談的人，從沒有想過在探訪時有種講不出聲的感覺，面對熟悉的晚期病人因對生命的無助感而嚎啕大哭，會擔心自己說錯話，怕安慰說話他們已聽得太多，而這一切讓我明白無聲勝有聲，原來在他們身邊的陪伴已經足夠，對方讓我與他們同行最後一段路是何其珍貴的。

義工 曉儀



與你作「伴」

疫情期間，擔心晚期病人會否遇到的困難較我們更多，要擔心疫症，亦要擔心自己的病情，有太多太多的擔心。當探訪晚期病人時，他們往往給予無限的驚喜及安心，他們總是注重個人同環境衛生，只是帶給他們一支漂白水，他們都會因此開心而眼泛淚光，口中說著感謝沒有被遺棄等說話。這份的信任關係是可遇不可求的。

義工 Henry

香港賽馬會社區資助計劃 — 紓緩展晴計劃

贖明・結語



西西里·桑德斯 (Dame Cicely Mary Saunders) 深知晚期病人對於紓緩疼痛以及獲得心靈照顧的需要，為此於 1967 年在倫敦郊外創辦了第一家現代安寧療護醫院「聖克利斯朵夫安寧醫院」(St. Christopher's Hospice)。而「Hospice」在羅馬時代是照顧旅客及病人臨終時巡禮者的地方。Hospice 便成為在前往死亡前的「休息站」或「驛站」(Thompson, 2000)。而這個「驛站」在義工身上如何建成呢？



根據以上調查及義工分享的故事，可見晚期病人在身心社靈等情況都有各種需要。調查當中反映照顧期望對晚期病人甚為重要，當晚期病人在身體上出現不適及疼痛時，而帶來困擾及病苦時，他們會變得無助，對生命充滿懷疑，甚至毫無人生樂趣，而義工會尋求合適和及時的照顧給予晚期病人，如尋求醫護人員了解，讓晚期病人在能力範圍內購買他們渴望品嚐某種特式美食，在疫情期間以速遞形式送贈。義工會按臨終病人意願，有需要時與照顧者及醫護商量，維持晚期病人個人形象，保持外觀整潔，提供剪髮、美容服務等，而在疫情期間為其購買個人護理物品及衣物等，亦能緩減家人護理上的需要。



此外，調查當中可見「可信關係」及「尊重」這兩方面對晚期病人極為重視，當生命將逝，讓晚期病人了解死亡，進而接納死亡的事實，承受事實的壓力及恐懼。而義工會選擇了解晚期病人個性、情緒、能力等，為他們提供安心、安全的環境及平台，盡訴心中情。義工即使間中被拒絕「食檸檬」，義工對晚期病人仍不離不棄，縱使晚期病人因病情惡化至飲食、卧床等需要其他人協助，晚期病人願意將最坦白一面展露於義工面前，亦與家屬同行，讓家屬更明白患病家人在這方面的需要(尤其在「可信關係」及「尊重」這兩方面)，交流經驗，讓晚期病人感到被關注及尊重。



由問卷調查可見，了解晚期病人的需要，「臨終關懷」是對晚期病人及其家屬提供生理及心理的照護，使其在臨終前的數個星期或數個月得以免於肉體的痛苦及心理的恐懼，當一個人對抗病魔如同在高速公路上行駛，累了需要找驛站暫時休息，之後還是可以繼續往前走，而善終其人生的最後歲月，本會義工願意為晚期病人成為「贖明・驛站」。



是總結也是開始

從以上調查中，發現一個特別的地方，就是晚期病人與家屬同樣認為「互信關係」是甚為重要。從中可見，晚期病人面對前路徬徨無助，家屬愛莫能助，只寄望能夠幫助臨終院友尊重生命，而人和人之間保持聯繫，與其他人如義工建立互信關係，把時間拿來圓夢，珍惜與身邊人的相處，而不是痛苦地捫到生命戛然而止。一人之力有限，正所謂「一枝竹仔會易折彎，幾枝竹一扎斷折難」，期盼我們的工作能在驛站中與各界人士(晚期病人、家屬、照顧者、義工、專業人士)建立互信關係，讓晚期病人與家屬在身體、心理和靈性等方面之需求均能獲得重視。

1. Thompson, K. (2000). The wider philosophy of palliative care: how it is applicable in the general ward. In R. Fielding & C. L. W. Chan (eds.) *Psychosocial oncology and palliative care in Hong Kong: The first decade*. (pp 13-28). Hong Kong: Hong Kong University Press, 1999.
2. Emanuel, L. L., Alpert, H. R., & Emanuel, E. E. (2001). Concise screening questions for clinical assessments of terminal care: the needs near the end-of-life care screening tool. *Journal of palliative medicine*, 4(4), 465-474.
3. Lawson BJ, Burge FI, McIntyre P, Field S, Maxwell D. Palliative care patients in the emergency department. *J Palliat Care*. 2008;24:247-255.

插圖：鳴謝義工黃佩茵

從臨終走至哀傷

親人離逝後，照顧者往往要面對另一場挑戰——哀傷情緒和生活適應。有見及此，紓緩展晴計劃為喪親家屬提供免費的個別輔導及治療小組，以支援他們走過哀傷。

除此之外，計劃亦會邀請義工在不同層面與喪親者同行，包括陪伴辦理身後事、同路人講座、甚或是協助小組活動之進行等，期望在各個地方都讓喪親者獲得支持和力量去走過哀傷。

活動花絮



《再踏人生路 (經歷太太離世的男士小組) 》

『如果要用「樹」去形容自己，自太太離世後，雖然我已變成了一棵已枯萎的樹，但因著她在自己生命出現過，我這棵樹至今才沒倒下來，我們之間的愛讓我更有力活下去。過去，我只會和太太分享心事；今天，我學會和同路人分享傷痛。』



《生命·繪本·和諧粉彩》

本計劃邀請了故事姨姨棉花糖及義務導師前來與喪親家長及孩子們一起閱讀以「生命」為題的繪本和體驗「和諧粉彩」，也一起將畫出的圖畫製造成自己獨有的手機圖貼。



《失落的意義》

「賽馬會社區持續抗逆基金 - 善別同行計劃」得到香港賽馬會慈善信託基金捐助，將舉辦有關殯儀一連四場的網上講座，邀得不同領域的嘉賓主講，通過不同宗教及歷史的角度，讓參加者對死亡及喪禮有多一份思考及意義，內容如下：

Part 1 : 10/04/2021 10:30 - 12:00

道教：

如何看喪禮儀式對逝者及喪親者的意義

梁德華道長



Part 2 : 24/04/2021 14:30 - 16:00

基督教 / 天主教：

在死亡中找到生的盼望及意義

關俊棠神父



Part 3 : 08/05/2021 14:30 - 16:00

佛教：

從苦難中找回生命的意義

釋常霖法師



Part 4 : 22/05/2021 14:30 - 16:00

從香港殮葬歷史

看「入土為安」的意義

梁家強先生



活動介紹

《遺物·遺情》同路人小組

遺物は「遺下」的物件，「遺下」的還有些什麼？眼淚？失落？無助？或是「遺下」與離世親人久違了的情和連結？

在這小組中，喪親者也可重新去接觸、去整理這份遺留下來的
情感及連繫……

中心消息

同工鄭慧琦姑娘

已於 2021 年 3
月份離職。



新同工介紹



大家好，我是新來的同事陳康然，
大家可以叫我 Barry 或啤梨。

我主要負責

「賽馬會社區持續抗逆基金—善別
同行計劃」的支援服務。

如果大家有任何殯葬服務的疑難，
歡迎大家與我聯絡。

殯明會會訊 第七十四期 2021 年 3 月

督印人 程偉文

編輯小組 許明儀、鄧海甄、梁嘉儀、關惠文、陳康然、鄭子謙

董事會 郭紫達女士(主席)、陳智豪博士、陳永佳先生、胡潔英女士、
楊偉芳女士、林雅頌女士、陳寶妍女士、陳煒輝醫生、郭凱儀博士

殯明會是一間非政府資助的慈善服務機構，自 1987 年服務香港，幫助離世者
得到安慰和支持，有尊嚴地走完人生的旅程；也協助喪親者安然地與家人道
別，在生死離別的體驗中，重拾信心，重整生活，活出精彩的未來。

本會服務包括：

- | | |
|------------|----------------|
| 1. 哀傷輔導服務 | 4. 過來人義工服務 |
| 2. 家居及醫院探訪 | 5. 義工訓練及招募 |
| 3. 殯儀支援服務 | 6. 社區生死教育及專業訓練 |

支持我們 ➡

本人樂意捐助殯明會：

港幣\$ _____

☐ 網上捐款：請登入網址 www.cccg.org.hk

☐ 劃線支票(抬頭請寫「殯明會」)

☐ 支票號碼 _____

☐ 銀行入賬

☐ (殯明會匯豐銀行賬號 441-264702-001)

☐ 繳費靈 PPS (殯明會商戶編號 9331)

☐ 每月定期捐款(請寄給我自動轉賬表格)

姓名(先生/小姐/女士) _____

電郵 _____

電話 _____

地址 _____

填妥表格請寄回：

香港九龍長沙灣麗閣邨麗荷樓三樓平台 303-305 室，
或傳真至(852)2361-6294。

郵票



殯明會
The Comfort
Care Concern
Group

殯明會 THE COMFORT CARE CONCERN GROUP

香港九龍長沙灣麗閣邨麗荷樓三樓平台 303-305 室

303-305 Podium Floor, Lai Ho House, Lai Kok Estate, Cheung Sha Wan, Kowloon, Hong Kong.

電話 Tel. : (852) 2361-6606 傳真 Fax. : (852) 2361-6294 網址 Website : www.cccg.org.hk 電子郵件 Email : cccg@cccg.org.hk