

# 每月心靈主題

第 12 期

出版單位：學務處學生諮詢中心

創刊日期：91 年 10 月 1 日

## 癌症末期病人身心靈的需求

### 一、癌症末期病人的身體需要

末期癌症病人最基本的需要是身體舒適，身體舒適的條件為將所有的痛苦症狀減輕到最低，例如：整齊清潔，飲食合適，能活動及環境適宜等。

#### A. 痛苦的身體症狀減至最低

癌症末期病患一般常見的身體症狀有：疼痛、噁心嘔吐、呼吸困難、軟弱、食慾不振、失眠、便秘、腹瀉、咳嗽、水腫、口臭口乾、傷口臭味分泌物、腹脹、腹水、皮膚癢、吞嚥困難、排尿困難、頭暈、及意識不清等，身體痛苦症狀減除，病人才有可能談到「生活的品質」。

#### B. 整齊清潔保持身體形象

整齊清潔是維持一個人人性尊嚴的最基本需求，如果病人髒兮兮，滿身臭味，頭髮衣衫亂七八糟，他可能不想會見親友，為保持尊嚴及留下別人對他的良好印象，所以癌症末期病人的身體照顧整齊清潔是很重要的。

#### C. 依喜好進食

飲食是最基本的生理需求，末期癌症病患因為腫瘤的病理變化造成無食慾，其飲食原則是按他的喜好，我們認為為他好的食物也不要勉強他吃。

#### D. 常活動

整天躺在床上是極不能忍受的痛苦，活動也是人基本需要之一，因此應儘可能用輪椅或推床，推病人到戶外見見陽光，看看藍天白雲綠樹鮮花，大自然的美會增進病人的生活品質，有些病人喜歡看到鳥自由飛翔與魚悠游自在，會感到平安喜悅。

### 二、癌症末期病人的心理需要

一九六九年代精神科醫師庫柏樂·羅絲（Kubler - Ross）的著名著作「死亡與瀕死」（On Death and Dying），將臨終病人的心理狀況分為六個階段：震驚、否認、憤怒、憂鬱、討價還價、接受等。但是病人已經接受了死亡降臨的事實，有時候仍須暫時否認讓自己再懷著希望。癌症病人的心理需要，有其「個別性」，不能一概而論，但一般而言，下列幾項是通常常見的情境。

#### A. 病人始終有「不確定感」

末期病人不知明天將怎樣？死亡時會有痛苦嗎？死後到那裏去等等的「不確定」。例如當病人問醫生或家屬：「我是不是活不久了？」此時不要用一句話就將病人的問題壓下去，如：「不要胡思亂想」或「您會好起來的」，最好的方式是再探查病人的感受與想法。如果病人自己早已確知病情希望有所準備，則應該分享病人的感受，婉轉的回答問題，他的癌症已無法醫治，但還有

多少日子卻不是任何人能知道的，如果他想準備或交待後事就可以平安地去做，這種方式可以為病人帶來平安及減少孤獨感。

#### B. 害怕孤獨

末期病人會害怕孤獨，特別是渴望親密關係的親朋好友陪伴，如果家人忙碌於上班或上學，病人常整天眼巴巴地等待、望眼欲穿。有親人陪伴在旁，會使病人獲得極大的安慰。親人不只陪伴在旁，最好能與病人深度溝通，分享病人的感受、情緒、及思想。因此當病人表達他的感受、情緒、及思想時，不要將之切斷或阻止他訴說，這樣病人會感到不被了解的孤獨。末期病人與家屬之間真誠深度的溝通，常帶給雙方滿足的經驗，而能使生死兩無憾。

#### C. 捨不得及放不下心愛的人

臨終病人最難捨的就是他心愛的人，尤其是不能照顧自己的親人，如年幼的子女及年高的父母，真是情何以堪；所以最好協助病人將他所不放心的親人生活做一妥善的安排。

#### D. 希望交待未了心願

臨終病人的心理有點像在年終歲末時一樣，要把房子清理一番，把舊帳及作未完的事做個整理，把債了一了。臨終病人因為知道來日無多，不能再等待，極欲了卻心願，家人親友們應該儘可能地協助病人完成心願。

#### E. 希望交代遺志及遺物

如果病人的家屬能靜靜聆聽，不壓抑及打斷病人，多數臨終病人會想交代遺志，包括他所希望的喪葬儀式、遺產的分配及對家人的遺言交代，這樣作會使病人覺得心安理得無遺憾。

#### F. 道別

當病人準備好向世界及他所愛的人道別時，他已獲得心靈的平安，接受死亡的現實了。道別有公開及含蓄的方式。公開的方式如最後一個生日邀請至親好友共渡，或寫信向親友道別；含蓄的方式則如在托孤或交代後事中透露。

### 三、癌症末期病人的靈性需要

一般而言，末期病人的靈性需要有三大類，分述如下：

#### A. 尋找意義的需要

用「生命回顧」的方式藉著聆聽病人回顧自己的生活史，刻意地協助他找出其中意義來，是很好的靈性照顧方法。人在臨終時會自然回顧他的生活史，過去種種浮上心頭，希望最後這一段日子能留下些甚麼。例如歌星薛岳也是靈性尋求生命意義的需要，希望自己的生命人們會永遠記得他，在臨終前舉辦一場演唱會。

#### B. 寬恕與和好的需要

臨終病人若心懷怨恨，就沒有心靈平安可言了，此時他需要寬恕及和好，將過去恩怨作一了結，才能使他獲得平安。例如一位父親臨終前念念不忘離家出走的兒子，直至兒子歸來，父子抱頭痛哭後，父親才能安然瞑目。

#### C. 宗教信仰的需要

宗教信仰是一種堅實肯定的人生觀與價值觀，並非只是「做好人，做好事」，而宗教的儀式如禱告、唸佛、唱詩、禮拜等也給予病人很大的支持力量。臨終病人常會對痛苦的問題質疑，例如：「我一生行善，從未做過對不起

別人的事，為甚麼會受這麼多痛苦？為甚麼這麼年輕就要死？」這個問題是屬於宗教領域的問題，每一個宗教都有她自己的答案，只有加深宗教信仰才能獲得靈性的平安。

總之，癌症末期病人的身體、心理和靈性需要，對於每個病患都有他獨特性的需求，照顧者給予細心的觀察或與病患良好的互動，一般均可體會患者的需求，使他獲得身心及靈性的平安。