

護理臨終前的親人



MY END OF LIFE **CARE**
Talking about what matters to me



當我們年邁或患重病時，不想談論我們自己或我們的親人如何在晚年得到護理是正常的。

澳大利亞五個人中有四個以上會感到討論臨終階段自己所希望得到的護理很重要，但大多數人卻沒有真正和自己的親人討論過這個問題，或提前計劃過。

提前計劃臨終護理為什麼很重要？

雖然談論臨終護理並不容易，但是如果有一個如何照顧您親人的計劃的話，可以：

- 給他們自主處理的機會，確保他們的願望得到尊重
- 使他們安心，因為他們知道周圍的人能理解什麼是重要的，並尊重他們的願望

什麼是姑息護理？

姑息護理是指當病人面臨生存期有限的疾病時，改善其生活質量的護理。這種護理注重於病人的需求，旨在預防和緩解痛苦。

護理和援助的內容會包括：

- 緩解疼痛和其它症狀
- 提供如醫療設備等資源
- 協助家人會聚在一起討論敏感話題
- 提供支援來幫助人們履行文化義務
- 對人們的情感、社交和精神方面的擔憂提供支援
- 提供輔導和哀思時的支援

甚麼是臨終護理？

臨終護理對任何年齡的人都適用，是他們及其家人在其臨終前獲得的姑息護理服務。

臨終護理常常是請來許多醫療健康專業人士，利用他們的各種技能，來管理病人的疾病。有可能的話，臨終護理會盡量做到讓您的親人感到舒適。護理可以是在家中、在醫院、在臨終護理院或養老院里進行。

我們如何打開臨終護理這個話題？

與親人談論臨終護理可能會是困難的，但重要的是開始這個談話，以便您可以提前計劃。

有些事情要記住：

- 開展談話的方式是沒有對或錯的- 對您、您的家人和朋友及您的文化和宗教信仰來說，這是屬於非常私人性質的談話。
- 不必催著開始談話 - 應花點時間思考一下哪些事情對您的親人和其周圍人來說是重要的。
- 隨著時間的推移，像這樣的談話是很可能會發生的- 您不需要一次解決所有事情或做出所有決定。
- 當您打算討論和計劃時，您和您的親人可以得到一些資源和支援服務。



把他們的願望變成一個計劃

在與親人、家人和醫療保健專業人員交談之後，下一個重要步驟是制定一個計劃，來記錄您的親人的願望。

這叫做提前護理計劃 (Advance Care Planning)，是提前規劃醫療護理的一個過程，不管其年齡或健康狀況如何。但是，對於患有慢性病或生命受限的疾病，或者年齡超過75歲的人來說，這一過程尤為重要。

這個計劃涉及到價值觀、信仰和偏好，以便病人在未來無法做出決定或無法表達自己決定時，指導家人和醫療保健提供者做出決定。

與提前護理計劃不同，預先護理指示(Advance Care Directive)，是在法律文件中，對臨終期的偏好所做的記錄，以確保您親人的決定是根據他們的健康狀況做出的，且治療醫生理解他們的願望。

雖然計劃臨終護理可能是我們不想考慮的事情，但盡早記錄我們親人的願望將有助於在困難時期為他們和他們關心的人提供清晰的信息。

如需了解有關護理臨終前親人的資料，請訪問以下網址：

www.health.gov.au/palliativecare