

最後的幾天

Final Days

What are the signs that a person is near death?

病人接近死亡前，有那些徵兆和症狀？

死亡接近時，病人可能會：

- 睡得較多
- 對不在當場的人說話
- 談到離別、要去旅行或旅程的話題
- 從人群中退縮，或少說話
- 吃得少或喝得少
- 吞嚥困難
- 神智變得更不清
- 呻吟
- 大小便失禁
- 呼吸時帶痰聲，或有呼吸阻塞的聲音
- 呼吸的規律改變，例如：一段長時間呼吸停止，然後接著幾個急促的深呼吸
- 視線模糊
- 聽力不如平常
- 感覺較少疼痛，或需要較多或較少的止痛藥
- 手、腳或臂膀和腿，感覺冰涼
- 鼻子、嘴、手指和腳趾周圍，顏色轉青

What to report to the hospice/palliative care team?

那些情況需報告安寧緩和療護團隊？

- 病人的變化，例如：
 - 煩躁不安或焦慮
 - 呼吸型態改變
 - 疼痛或不適
- 病人或家屬需要靈性上的支持或對話
- 一些可能需要社工人員、靈性輔導師或安寧療護團隊幫忙的顧慮
- 對你的家庭至關重要的宗教、文化或道德傳統

病人過逝前，安寧療護團隊需要知道病人所想要的葬儀社及有關喪葬的安排，例如遺體器官捐贈

What can be done?

我們可以做些什麼？

團隊會與你共同努力減輕症狀並增加舒適。

你可以做的事情：

- 讓病人盡其所願的睡眠
- 讓家中孩童，依其年齡及參與意願，來調整參與方式以參與病人的死亡經歷
- 如果可以讓他或她感覺舒服些，幫病人翻身，
- 用濕布滋潤病人的口腔
- 如果病人發燒或感覺熱的話，放一塊冷毛巾在額頭上
- 給病人服用醫師開的藥方來減輕焦慮、不安、煩躁，或呼吸時的分泌物
- 寫下病人說的話。日後，這些話可能會成為你的安慰
- 持續清楚地和病人說話，說你需要或想要說的話。記住，病人即使無法回答，但可能還聽得見
- 在房間裡留一盞燈，可能使病人安適些
- 小聲播放病人喜歡的音樂
- 鼓勵訪客告訴病人他們是誰，並直接跟病人說話
- 讓病人周遭的事情保持平靜
- 如果病人呼吸困難，可以開個窗戶或開電扇
- 繼續撫摸病人和留在你的摯愛病人的身邊

Conclusion

結論

最重要的事，是要和你的安寧/舒緩醫護團隊談談你可能有的，及任何關切的事項。在這個困難和高壓力的時期間，最重要的是照顧自己也同時照顧臨終的病人。安寧/舒緩醫護團隊將可提供的支援和安慰。

Other HPNA Teaching Sheets are available at www.hpna.org.

Reference

Core Curriculum for the Hospice and Palliative Nursing Assistant. Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing Company; 2009.

Ferrell BR, Coyle N. *Oxford Textbook of Palliative Nursing (3rd ed.)*. Oxford University Press New York: New York; 2010.

Karnes B. *Gone From My Sight*. Vancouver, WA: BK Books; 2009.

Approved by the HPNA Education Committee August 2008.

Reviewed April 2012