

## 生命圓舞曲

「生命圓舞曲」的「圓」跟「完」是同音字，盼望帶出晚期病患長者在生命完結時仍能擁有圓滿的人生。而「圓舞曲」則代表溝通之互動，就像跳舞一樣講求雙方配合，當病人面對疾病及死亡的威脅，應如何向醫護人員及親友表達心願和囑咐呢？親友又應如何了解病人的意向呢？

一項最新的全球死亡質素調查顯示，香港人的排名由 2015 年的第 22 位躍升至 2021 年的第 9 位，評核範疇包括病人能否按意願選擇離世地點、臨終病人「身、心、社、靈」的健康及病人家屬是否得到足夠支援等等，可見香港的晚期照顧服務質素正在不斷提升。而晚期照顧涵蓋「身、心、社、靈」四方面：

身體方面，照顧晚期病人的重點是要把將不適症狀減至最低，並盡量維持其身體機能。病人及家屬可以向醫護人員訂立預設醫療指示、預設照顧計劃等。如合適，家屬亦可為病人定時按摩及清潔，令其感到溫暖和舒適。

心理方面，晚期病人可能感到抑鬱、焦慮、孤獨、內咎和無助等。一項研究顯示病人在生命最後一星期，有 46.4%出現中度至嚴重焦慮，43%出現中度至嚴重抑鬱。情緒支援能讓病人的負面情緒得到紓緩，並減低他們面對死亡的焦慮。透過輔導回顧人生，幫助他們重拾人生的意義和價值。

社交方面，鼓勵晚期病人主動向家屬表達社交需要，例如想跟誰見面或聯絡、有甚麼囑咐等。若病人過往曾與他人有嫌隙，可嘗試趁此時復和關係，減少遺憾。此外，也鼓勵病人按身體狀況和意願維持社交活動，例如舉行生日會或道別會，拍照紀念溫馨時刻。

靈性方面，病人可以從個人的宗教信仰中尋找心靈倚靠，例如透過誦經、唱詩及祈禱，或從教友及神職人員的支援中，獲得心靈上的慰藉。

盼望這首「生命圓舞曲」能啟發我們圓滿、無憾和有尊嚴地奏出人生最後一段樂章，化每一個音符成為祝福。