



養和杏林手記

2016年8月19日



《陪伴末期患者走完人生路》

| 撰文：李永浩博士

養和醫院臨床醫療心理學中心主任

文章刊於 2016 年 8 月 19 日《信報財經新聞》健康生活版《杏林手記》專欄

面對摯愛患上危疾，生命一點一滴在倒數。另一半縱使萬般傷痛和不捨，亦要努力面對。更重要的是要懂得放鬆，要當病人的同行者，切忌自行鋪天蓋地為他安排好一切，否則只會為病人徒添壓力，增加磨擦，於人生旅途的尾站沾上不快和遺憾。

權哥兩夫婦是一對恩愛夫妻，結婚逾五十載，兒孫滿堂，羨煞旁人。他們年紀漸長，健康開始走下坡，一次身體檢查中，赫然驗出權哥患上末期腸癌，只剩約一年壽命。

權哥夫婦一時之間未及反應過來，幸好權嫂性格硬淨，丈夫有事，她二話不說便一力承擔。覆診、電療、權哥的飲食，以至生活作息時間，一切管理得井井有條，完全符合醫生的囑咐，就連權哥一時失手將銀包跌到地上，權嫂也立即幫他拾起。權嫂希望在丈夫倒數的人生中，為他妥善安排，讓權哥無後顧之憂地面對癌症。怎知權嫂種種貼心的舉動，於權哥看來，卻帶來無形的壓力。

了解病人真正所需

其實權哥心裏明白自己時日無多，即使權嫂如何鼓勵自己要樂觀地活下去，亦不能改變結果，反而令自己變得更累。權哥只想安安靜靜地度過人生最後的時光。

可是權嫂就是不明白，認為丈夫正面對人生中最大的挑戰，她責無旁貸，必須好好照顧他。權哥多次明言不想她辛苦，想她做少一點，偶爾忍不住大發脾氣，並漸漸害怕見到太太。但權嫂卻認為這是權哥的意氣說話，堅信權哥需要她的照顧！她更因為權哥不接受她的好意而多次暗暗落淚。

兩人之間的矛盾，說穿了，是照顧者沒有了解病人真正的需要，一心只顧用自己的方法付出，結果令大家都辛苦；更甚者，是破壞與患者多年來的感情，使雙方抱憾終生。

難道權嫂就應該撓起雙手，看着權哥獨自與癌症搏鬥？當然不是了。

由於癌症患者的生命和精力都不斷減少，權嫂更應有策略地把握時間，與權哥攜手在生命的終點畫上一個完美句號。

權嫂首先要做的，是要放下自己固有的看法。要知道，竭盡全力照顧患者，令自己筋疲力盡，甚或覺得委屈，對雙方都沒有好處。權嫂要用心聆聽權哥的需要，並體諒他的意願。

過於鼓勵適得其反

有時，過於鼓勵振作，效果反而適得其反。因為末期病人的性情和想法，往往與往日健康的他有出入。照顧者應該於最後的時光，與患者一同尋找可行及合理的目標並完成它，讓權哥過身前感到快樂、權嫂往後亦能回味這段苦中帶甘的片段。例如權哥後期的體能已大不如前，要坐輪椅代步，說話亦有點吃力。權嫂可帶他重遊當年拍拖的地方，兩口子手拖手，安靜地坐着，讓權哥知道太太守候在他的身旁已很足夠。

又或者權哥記掛着孩子和孫兒，但他怕如果自己出現在家庭聚會，會令氣氛變得愁雲慘霧。那麼權嫂可叫兒孫多點拍照或拍片，讓權哥了解家人的近況；又或者安排他們分批跟權哥吃飯，人數少，大家有較多的時間交談，也能減少拘謹的感覺。

末期癌症患者的身心都面對重大挑戰，十分需要照顧者的配合。雖然病人日常生活或需要別人照顧，但他們更希望得到別人的尊重。照顧者可讓患者掌握「操控權」，凡事先徵詢患者的意見才行動。例如明知癌症病人不應食甜品，都不要一句「你不能吃糖水」就剝奪他吃糖水的權利。反而可以選擇放輕語氣告訴他「不如吃別的東西？」，如他堅持，可以建議「不如一人一半」，讓他感受到你的關心，而他又保留自主。

權嫂明白到自己的照顧方式，原來會令權哥不好受，於是立即改變，結果大家都感到鬆一口氣。兩夫婦回復正常溝通，權嫂發現原來以往兩人相對數十載，忙着煩生計、煩兒女，都沒有靜下來聆聽對方心靈的需要。反而權哥患病這段時間，二人的感情與日俱增。往日建立的默契，現時大派用場，權哥一些細微表情，權嫂已知他的需要。權嫂十分慶幸自己及時改變，減輕權哥的壓力。

面對生命隨時消失，這段期間照顧者的心路歷程實不足為外人道。一方面渴望患者活得久一點，但另一方面見到他飽受折磨，又想他得到解脫。每逢遇到這兩難局面，我都會告訴照顧者與其將力氣花在令彼此不快的地方，不如想辦法讓愛情美好地終結。我見過有個案成功將人生閉幕那段時間弄得轟轟烈烈，兩人有如重墮愛河。雖然死別避不了，但伴侶往後每次回憶起另一半都暖在心頭。

生有時、死有時，既然結局已定，照顧者但求無愧於心便已足夠，相信逝者亦希望另一半快樂地活下去。

| 撰文：李永浩博士

養和醫院臨床醫療心理學中心主任