轉哀傷為祝福

Switch the Feeling of Loss to Bliss, Thank All Palliative-Care Volunteers

■ 文｜ 黃美玲 臺中慈濟醫院心蓮病房護理長

每一位癌症末期病人忍受至少五項不同症狀之苦，加上面臨死亡前的心理壓力，家屬的預期性悲傷，所以住進心蓮病房的病人需要的照護不只是生理上的問題，心理的支持及家屬的陪伴，在臨終前需要更多的時間來傾聽。醫護人員忙於例行性的治療及護理，常常是分身乏術，還好心蓮團隊中有一群「全方位」的癌症關懷志工（簡稱癌關志工），他們有如千手觀世音菩薩般來協助我們。怎麼說呢？

心蓮病房成立五年，在這期間相互合作、默契逐漸穩固，癌關志工在臨床上是深度陪伴，機動配合舉辦各種活動，且總是帶給病人歡笑……，我發現這群可愛的癌關志工真是文武雙全，熱情有勁。上人常說，「把握時間，分秒不空過。」、「行善要即時。」在他們的身上充分展現。

這群熱情親切的癌關志工，是心蓮病房醫護們的最佳得力助手，而且高手雲集，各展專長。

提供舒適照顧　又不忘尊重病人

經由專業人員訓練過的穴位按摩及精油的調配課程，讓病人舒適的精油按摩是志工們的基本能力。

林阿姨因為乳癌末期長期忍受骨頭的疼痛，坐也坐不住躺也不舒服，長期的失

眠，加上先生小孩都忙於工作，心理極度沒有安全感，轉入病房後沈默不語對人淡漠，提出許多的護理介入，都被她拒絕，於是，志工想到一個方法，跟林阿姨說，要教新進護理人員按摩，所以請她勉為其難當一下模特兒，調好放鬆的精油輕柔地推移在每寸肌膚上，在規則穩定的旋律中，阿姨睡著了。一覺醒來後，她說：「下次可以再幫我按摩嗎？我好久沒有睡得這麼舒服！」感謝癌關志工貼近受苦的人，而且表現尊重，有智慧地滿足她最基本的舒適需求。呼應十六世紀時就有醫學家所言：「偶爾治癒，時常緩解，總是舒適。」(To cure sometimes, to relieve often, to comfort always.) 提供舒適的狀態，是心蓮團隊一起努力的方向，幸好有癌關志工。

將歡樂帶到床邊

許多病人及家屬不敢轉到「心蓮病房」，因這裡不是很吉祥，來到這邊就等於在「等死」，這是不要轉安寧病房常見的原因之一。的確，若是時時刻刻都是在想「生命何時結束」，這樣壓力真的很大，就如有一位病人說：「現在我每天想：

臺中慈院心蓮團隊感謝有全方位服務的癌症關懷志工，為病人緩解疼痛，將音樂融入安寧療護，也引導病人與家屬安定心靈，化哀傷為祝福。

如何快樂的過剩下的每一天？這樣日子就輕鬆許多。」因此，志工們需具備一項技能，就是能夠將歡樂帶到床邊。

從早上一起晨間大交班結束後，志工們緊接著準備奉茶，他們會考量病人及家屬的需求而有所變化，例如：準備新鮮現打果汁、有機紅茶、熬煮的牛蒡茶、加上精心設計的點心等等，一早就將關懷送到床邊，也初步評估哪幾床需要特別的關懷。另外，還依照病人的狀況陪伴，包含：讀繪本、編織、藝術創作、四道人生的圖卡等等。快樂的時光過得特別快，就如一位病人所說：「這裡一點都不可怕，反而可以好好過日子，想想什麼事情還沒完成。我知道了！我下輩子要和您們一樣來做志工。」聽到這席話，深深地感謝癌關志工們，已經將愛和慈悲帶來的內心寧靜，無形中已經影響所接觸的人事物。

音樂陪伴　讓心靠近

安寧療護一個很重要的核心價值是「讓生死兩相安」，有時候這是很困難的，但是有時候在營造的氛圍中讓家人相互道謝，說出一輩子未曾對親人的感謝，這對身為親屬是有意義的。音樂有如魔法，能勾起深藏的記憶，宣洩情緒，有時亦能安撫人心、編織幸福。

在每週一固定由專業的音樂志工加上癌關志工，推著行動電子琴逐一到床邊演奏或帶唱。家屬說，「這是我阿爸常唱給阿母聽的歌。」、「這是阿嬤最喜歡的音樂。」病房中傳來悠揚歡樂的歌聲，但有時也帶著低聲啜泣，在音樂歌聲中將家人的心帶到過去共同的回憶中，彼此的心也更加的貼近，志工會說：「是否抱抱媽媽，跟她說謝謝您，我好愛您喔！」難以啟齒的一句話，就這樣很順利的說出來。在癌關志工的引導下，音樂已經成為背景，每位病人是生命中的主角，切切實實活在當下與親人相聚的時光中。

協助生與死的教育

生死的離別讓病人對未來有所擔憂，讓家人不捨分離，此時病人可能有一些的疑惑，或是害怕，家屬也不知道如何協助他。癌關志工依照同理心傾聽，去關懷病人及家屬的需求，及預期性悲傷情緒的抒發。

因為志工本身就有佛教的信仰基礎，若是病人可以接受佛法對生死的觀點，分享陪伴死亡經驗中，如何安定身心的方法，例如：念佛、描繪觀音、抄寫經文等。進而說明助念的意義及建立來生期待，病人及家屬因為信任志工，經過這樣的說明後，讓他們的心逐漸穩定下來，也有努力用功的方向。癌關志工以病人的善終為目標取向，化解家屬的焦慮，成為團隊照顧的助力。當我們清楚死亡並不是永絕，只是暫時的分離時，有一個地方可以讓病人過得更好。這樣的希望被癌關志工點出來，讓家屬轉哀傷為祝福。

感謝癌關志工「一路相伴」，自癌症病人一診斷就開始介入關懷，陪伴治療過程的艱辛，有些病人無法治癒而進入末期，仍然持續膚慰直到善終，甚至後續的哀傷輔導，真正落實「五全照護」中的全程照護。心蓮病房五歲了！癌關志工依然一路相伴，照顧病人之外，更照顧心蓮團隊如家人，這也包含了身心靈的深度陪伴，點點滴滴的回憶，我們感恩在心中，問他們：「為何做得如此開心？」，他們回答：「上人說，做就對了！」真的「做就對了！」不求收穫只求付出。下一個五年，仍然需要癌關志工陪我們一起走下去！