

# 安寧的四道圓滿

Palliative Nursing Guides Saying  
Thank-You, Sorry, Love, & Good-Bye

■ 文 | 陳姿宇 臺北慈濟醫院心蓮病房護理師

在專校即將畢業前，學校安排重症護理、腫瘤護理等專科性課程供我們選擇，我因搶不到重症護理這門課，轉而選擇冷門的「生命末期護理」。當初選擇這門課程前，我對安寧是完全沒有概念的，但經過課程洗禮及學姊分享後，我被「安寧療護」深深吸引，原來「最難的不是治療人的身，而是人的心，身體可以利用許多藥物來達到緩解，心靈則是要透過了解、同理、共情，一步步地去溫暖它」；因此我下定決心畢業後要到安寧病房服務。



畢業後，我投入安寧的行列，個性活潑的我，大家總說「每次看到妳總是在笑，看起來每天都很快樂。」我帶著大家的鼓勵與力量進入安寧病房，我要利用自己活潑、親近人的個性療癒每個病人及家屬，成為心蓮病房的小太陽。

工作半年後我遇到病人小慧，讓我知道「原來愛要及時說出口」。她的「堅強」令人印象深刻，曾經兩次意識改變，每一次意識改變後，身體狀況都變得更差。某天我自床簾縫隙看見小慧為了與女兒畫圖做交換日記，努力拿起筆的樣子，縱使她畫出的東西不再像過去一樣完整、漂亮，但畫裡充滿她對女兒的思念，她堅強的努力深深烙印在我的心中。

小慧是 2016 年時發現乳癌，診斷後的五年經歷過許多治療仍無法治癒，最後她選擇安寧療護。入住病房最初一兩個月，小慧第一次意識改變讓她狀況急轉直下，雖然我們的年紀相差 30 餘歲，但她與我們有聊不完的人生回憶，與病房每位醫療人員感情都很好，對於情況不樂觀的小慧，大家都非常不捨；小慧曾說她與女兒有一本交換日記，希望透過這本日記陪伴女兒成長。「交換日記是一個可以讓我傳達思念的媒介。」小慧常這樣述說，每天巡房都會看見小慧在日記上有時畫圖，有時寫字，看著如此的景象都能感覺到她在寫交換日記時是如此幸福。另外，小慧在入院期間都是由媽媽來照顧，病況走下坡時媽媽都參與其中，在小慧與死亡最接近的那段時間裡，小慧媽媽總站在病房外，呆呆的看著天空，不知道心裡在想什麼。

我們常說四道人生「道謝」、「道歉」、「道愛」、「道別」，要融入我們的全人照護中，不只是照護病人亦要照顧家屬；就在小慧生命末期因為雙眼模糊及四肢無力，無法親自寫交換日記延續與女兒最後的連結。透過醫療團隊及小慧溝通，決定利用電腦繪圖來製作繪本，繪本上寫滿小慧想說給女兒的話，並且拍攝影片說出對女兒的「道愛」、「道別」，希望透過這些陪伴女兒未來的成長；且在某日下午透過悲傷療癒卡的引導下小慧及媽媽互相四道人生，小慧媽媽說出：「或許她才是看得最開的人，因為她看得夠開，我自己也才看得夠開。」「謝謝上天給我這兩年的時間，可以好好的陪伴小慧，讓我可以好好的照顧她，陪伴她，我沒有遺憾。」小慧也很感謝母親這兩年的陪伴：「如果有天我先去了那個地方，我會等您，一起牽手去好多好多地方，好好的在一起。」

人的一生都會經歷許多的生離死別，而親人離開的悲傷，或許會是最難受的痛，在當下可能會責怪自己為何不對親人多一點關懷與愛心。若是你正在經歷這段悲傷，請不要責怪自己，你已經做得很好，帶著逝者的期望，快樂的活下去吧。若是還沒有經歷過的人，更要好好擁抱自己的親人，跟他們說聲「謝謝你」、「我愛你」、「你辛苦了」，讓愛充滿每一天，不讓自己有後悔的機會。



在臨床工作中，我真正感受到「全人照護」是件不簡單的事情，我從沒想過自己會如此真真切切地認識一個病人的全部，從入病房到結束都陪在病人身邊，這是團隊成員一起努力所得的圓滿結果，西西里·桑德斯曾說：「你是重要的，因為你是你。」

即使活到最後一刻，你仍然是那麼重要！我們會盡一切努力，幫助你安然逝去；但也會盡一切努力，讓你活到最後一刻！」團隊的努力，使病人皆都得到善終，我們是送行者，亦是他人故事下的最後句點。

