

# 不用自己背負一切

You Don't Have to Carry Everything Alone

■ 文 | 鄧雅云 台北慈濟醫院心蓮病房護理師

想不到我進入臨床工作也超過一年了，從第一天到超過四百天的日子，感謝每一個照顧過的病人和家屬。我尤其記得通過試用期剛獨立那時照顧的奶奶和她的女兒。

奶奶失智，女兒是主要照顧者，她不止要照顧媽媽，還要照顧因憂鬱、喝酒、足不出戶的兄弟，種種原因讓她將媽媽安排住在機構。奶奶常因發燒反覆進出醫院，後來又在機構感染疥瘡、有大面積壓傷，甚至需戴呼吸器，讓她的女兒十分難過，也很迷茫到底怎麼做才是對媽媽最好的選擇？在原本的病房接受安寧諮詢後，她決定讓媽媽接受安寧療護，入住我們心蓮病房，這是我與奶奶認識的開端。

在一次與女兒談話時得知她為媽媽做出安寧的決定，還被其他家屬質疑。奶奶在心蓮病房一段時間後，女兒有一天含著淚對我們說，想讓奶奶斷食善終。我想她應該也做了很多相關的功課，才跟我們提出這樣的想法。



斷食善終，簡單的說，是病人有意識地拒絕進食或飲水，身體漸漸虛弱以致最終死亡的行為；斷食善終不是安樂死，家屬可能會被外人誤會是要讓病人餓死，雖然在醫學倫理或是宗教上還是有很多爭議，但是安寧療護團隊會依據因每位末期病人的疾病、家庭、宗教信仰、情緒反應等等，給予個別性的建議，同時也尊重病人及家屬的決定。主治醫師評估繼續管灌餵食會造成奶奶呼吸喘、水腫等症狀更加嚴重，會讓奶奶更痛苦，所以我們請心理師及宗教師給子女兒關懷，傾聽她的愧疚及自責等感受，最後一起做出對病人最好的決定。



大部分的末期病人及他們的家屬，可能都會出現「獨自一人背負一切」的感覺，我希望透過安寧療護的過程告訴他們：「你／妳，不是一個人！若人生是場馬拉松，當你跑到很累很喘，腳再也動不了，甚至跌倒在地了，我們會牽起你的手，陪你一起到終點。」在心蓮病房，醫療團隊會隨時評估與監測，透過不停討論及調整藥物、氧氣，善用輔助療法來減緩病人痛苦，像奶奶因為四肢水腫，我和學姊一起在床邊幫她用精油按摩，過程中即使沒有說話，雙手的溫度也傳達出溫暖的能量。如果家屬在，我們也會教導如何按摩，往後他們也能自己幫病人按摩，這些片段或許也能成為他們珍藏心中的美好記憶。

奶奶在即將出院時，血壓開始不穩定，漸漸出現瀕死徵象，幾天後在家人的陪伴下，平靜的安然逝去。

說再見很困難，應該沒有人能習慣面對死亡和離別，但我們可以珍惜還在這世上的每時每刻，好好的向愛的人說對不起、謝謝你、我愛你、再見。無論何時，你都可以輕輕撫摸你愛的人的眉頭，握著他的手，讓你的感受、他的感受在彼此間流淌，這些都是重要且有意義的。奶奶的女兒在我們的陪伴下，好好和自己的母親完成「四道人生」；雖然我們無法將失去親人的傷痕撫平，但相信愛已經化為能量，讓家屬有勇氣含著淚繼續向前走，直到再相遇的那天。☺