

给家人 / 看护人的临终看护信息

医生和护士已经告诉您您的亲人或朋友的情况发生了变化。他们认为您关心的人生命垂危，已进入人生的最后阶段。以下信息为您在这一期间提供帮助。

您和您的家人或朋友将一起讨论看护计划，目的是让每个人都清楚为什么做这些决定。如果您家人或朋友的情况有了改善，那么这个看护计划将得到修正并根据需要进行更改。

沟通

提问：我们理解这一时期您会感到担忧、伤感。医生和护士会向您要您的联系方式，因为及时通知您最新消息是重中之重。如果您有任何问题，不论您觉得重要与否，或者工作人员有多繁忙，请向他们提出。如果您想找社工，请询问工作人员。

帮助工作人员尊重亲人或朋友看护意愿

了解个人意愿、文化或精神需求：我们会尊重任何特定的个人看护意愿。我们也会尽量满足您和家人的特定的文化或宗教要求。如果有什么我们可以帮忙的地方，请告诉我们。

关于在哪里提供看护的个人意愿：有些人很清楚他们想要在哪里度过生命的最后时光。如果您的亲人或朋友想要换地方，请立即告诉工作人员。医生需要做个评估看不可行。他们是希望回家吗？（包括回到养老院。）另外一个可能是换到离家或亲人较近的当地医院。如果像疼痛这样的症状难以控制，姑息治疗中心也会提供看护。

安慰：安慰非常重要。如果您看护的人很难受，请告诉工作人员。您可以采用重要的方式来安慰亲人或朋友，如跟他们在一起、分享回忆、告诉他们亲友的近况或简单地握着他们的手。

用药：用药可能会频繁变化，是为了让病人尽可能好受些。用来控制疼痛或呼吸困难等情况的药只在需要的时候才会给，而且只提供需要的剂量。

照顾好自己：照顾一个生命垂危的病人会让您筋疲力尽、忧心忡忡。这期间您可能会有悲观的情绪，如悲痛或压抑。处理所有信息、做各种决定以及和其他家人的沟通也会增加悲伤情绪。与护士、心理咨询师或社工交流能给予您帮助。教牧关怀工作人员可以帮助您并满足任何精神或宗教的要求。

离世前会发生的变化以及给看护者的建议

饮食量减少：您可能会注意到他们没法再享受饮食。这很正常，使用润唇膏和湿润的口腔棉签保持病人嘴唇和口腔湿润会让他们好受些。

使用润唇膏和水中浸过的棉签保持嘴唇和口腔湿润。问问护士您是否可以给他喝一小口水，如果病人还能吞咽，能不能给他一勺冰片。

睡眠时间延长：他们通常睡得更多，也不容易醒。他们可能有一小段时间意识清醒，然后又进入睡眠。

焦躁不安和意识模糊：病人可能会越来越意识不清和焦躁不安。他们可能会呻吟、大声叫唤或试图下床。药物能让病人好受些。如果您有任何疑问，请与工作人员沟通。

熟悉的人在身边会好一点，尤其是夜间。降低音量、保持声音平和，并使用柔和的灯光。

呼吸和分泌物增加：呼吸方式发生改变是正常的，有时会出现几个深呼吸，然后呼吸暂停。唾液和黏液会聚集，并发出‘嘎嘎’声。呼吸方式和声音的改变一般不会令垂危病人痛苦。反而是看护人更痛苦。

可以使用药物来干燥分泌物。让病人换姿势能给予帮助。

血液循环：病人的手脚可能会冰凉、斑驳并且稍微呈蓝色。病人不会因此觉得难受，也不会意识到这些变化。

这些变化不用进行治疗。虽然病人可能身体冰冷，但他们通常不愿意盖太多被子。使用薄被并使房间保持舒适温度。

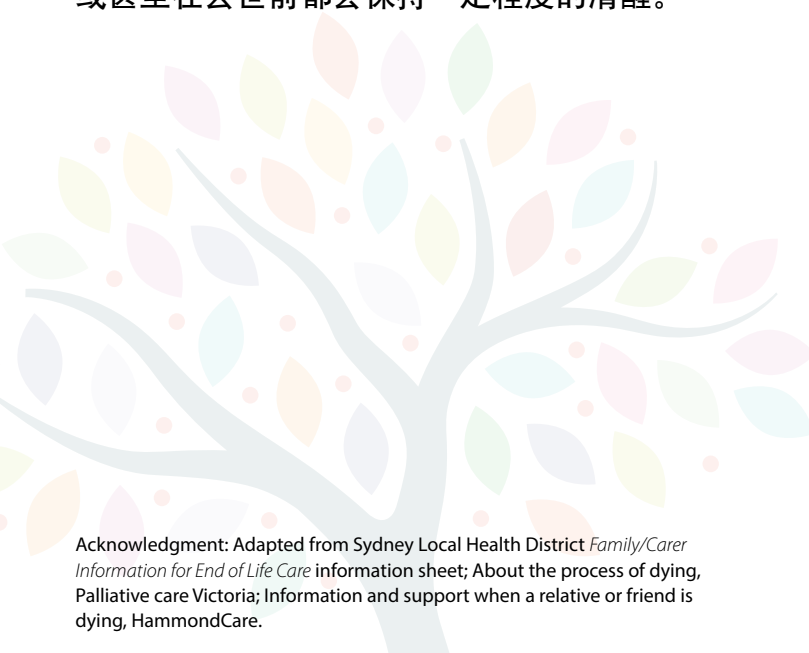
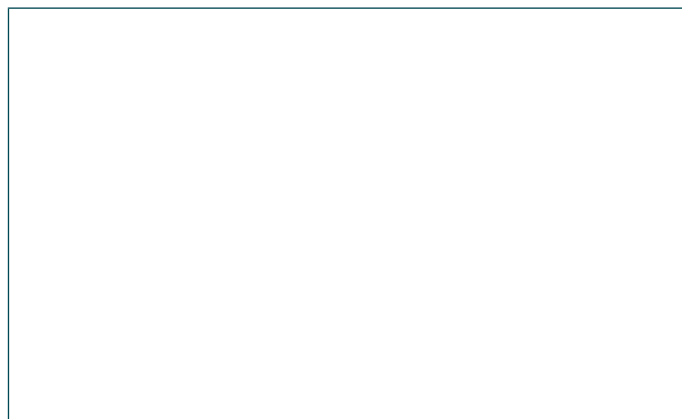
个人护理和轮流看护：帮病人在床上翻身、移动有帮助，不会因为一个姿势躺太长时间而出现压力区、疼痛和僵硬的状况，而且护士持续帮助翻身、移动很关键。口腔和眼睛护理也很重要，能让病人好受些。有时会将一根管子（导尿管）插入膀胱来缓解膀胱充盈感，但是对大多数人来说，排尿会减少或停止。

虽然轮流看护会影响病人，但仍然有必要。

了解病人还能活多久

大多数家人和好友都想知道病人到底还能活多久。准确地预测病人能活多久是不可能的。有些人在去世前几天就醒不过来了，但有些人会突然离世或甚至在去世前都会保持一定程度的清醒。

联系信息



Acknowledgment: Adapted from Sydney Local Health District *Family/Carer Information for End of Life Care* information sheet; About the process of dying, Palliative care Victoria; Information and support when a relative or friend is dying, HammondCare.



Released April 2016 © Clinical Excellence Commission SHPN (CEC) 160140