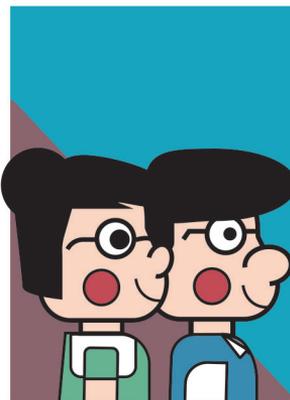


晚晴照顧手冊



姓名： _____

填寫日期： _____

捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金

主辦機構



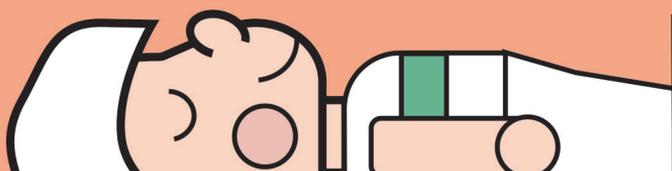
香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學
賽馬會老年學研究所
CUHK Jockey Club Institute of Ageing

晚晴照顧手冊

請掃描二維碼一邊觀看影片，
一邊填寫晚晴照顧手冊內容！



目錄

人生列車的完美一程	P.2
「五福臨門」第五福 — 「善終」	P.3
為何要預先計劃人生最後一程？	P.3
如何計劃人生最後一程？	P.4
個人價值和心願	P.5 - 6
擔心和恐懼	P.7
了解病情	P.8
治療方向	P.9
人生晚期照顧的意向	P.10 - 11
接受晚期照顧的地方	P.12
維持生命治療（維生治療）	P.13 - 15
家人的了解	P.16
財務安排	P.17
身後事安排	P.18
預設醫療指示	P.19 - 20
相關資源	P.21

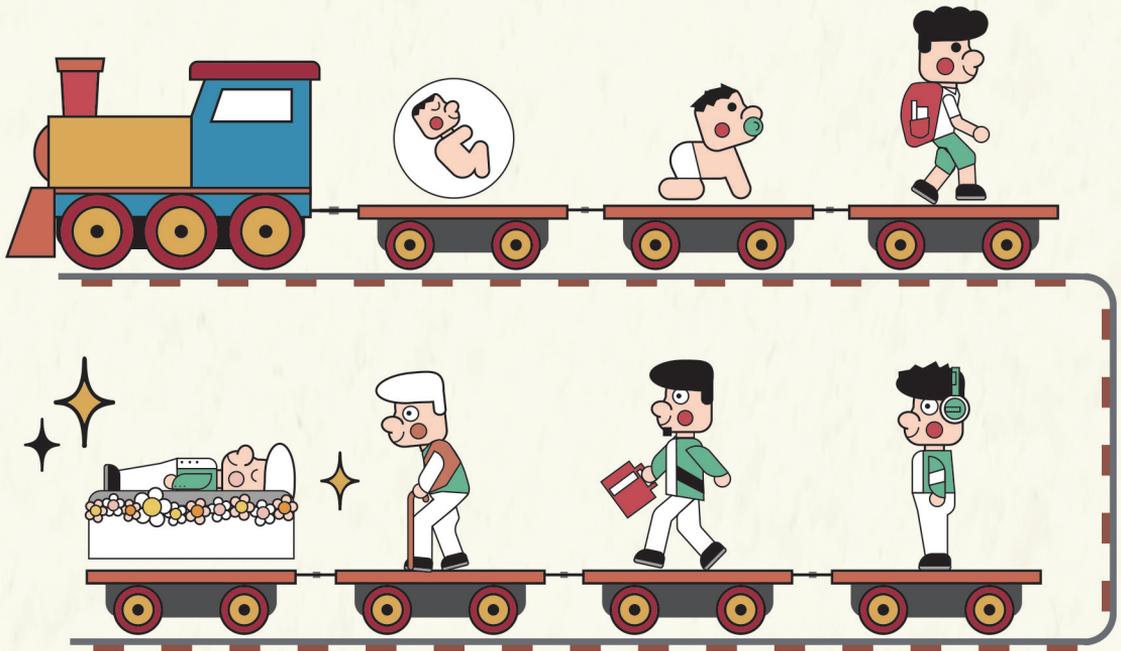


..... 人生列車的完美一程

我們每個人都坐着自己的人生列車，從出生的起點站開始，一路經歷不同的人生旅程，由學業、工作、結婚、生兒育女、安居置業、以至退休...

列車上，會有家人、朋友或遇上不同的人與我們同行，有人上車、有人落車，有聚有散...

當列車駛近終點站的時候，您希望怎樣渡過？您又可以如何與身邊的家人和摯愛分享您的想法？



「五福臨門」第五福-「善終」

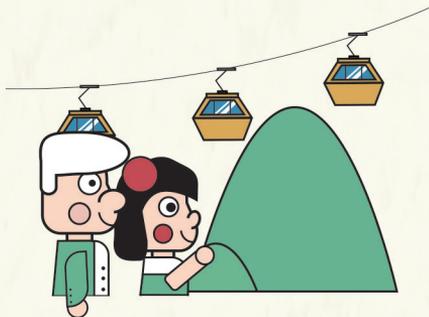
若我們能在人生的最後一程中沒有痛苦和擔憂，並且有尊嚴和舒適地離世，便能為人生畫上完美的句號，亦即「五福臨門」的第五福 - 「善終」。



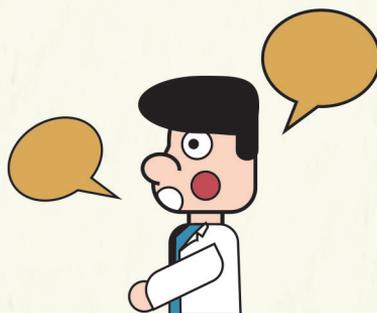
為何要預先計劃人生最後一程？

- 趁自己神智清醒時早作安排
- 作出適合自己的醫療決定
- 能夠滿足自己的護理需要
- 減少焦慮和不安
- 預早溝通，讓家人較易適從 / 執行自己的意願
- 增加家人對自己的了解，減少家人在作出醫療決定時所面對的困難和壓力

如何計劃人生最後一程？



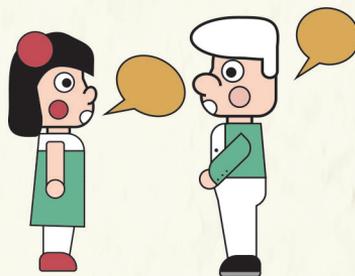
訂出想完成的心願



向醫護人員了解
病情及預計之後的情況



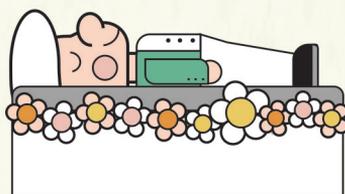
認識「預設照顧計劃」/
「預設醫療指示」



與家人商討照顧和
治療模式



財務安排（如訂立
平安紙、持久授權書）



身後事安排
（喪禮、殮葬形式）

個人價值和心願

當健康進一步轉差時，有甚麼心願是您希望能夠達成的？

(例如：見證孫女的出生、慶祝90歲大壽、回鄉探親)

1. _____
2. _____
3. _____



這些年來，令您最開心的是…





您最喜歡的人和事(例如：家人的探望和陪伴、牧師
為您祈禱、食雪糕、身體保持整潔)

您有甚麼話想跟家人 / 朋友說?

擔心和恐懼

當病情到了晚期時，您最擔心和害怕的是什麼？

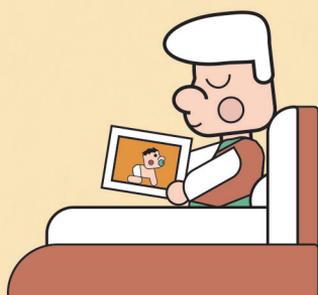
(可選擇多項)



死亡的過程痛苦



住院的經歷
(如吊鹽水、
陌生的環境)



心願未了



沒有人陪伴

其他：_____

了解病情

作為一個病人，您希望知道自己的病情嗎？

我希望醫生或家人向我如實告知病情



我不需要醫生或家人向我如實告知病情，並由他們商量後為我作出醫療安排（跳至下頁）



您想知道病情最基本的消息，還是希望知道得越詳細越好？

最基本的消息

越詳細越好

治療方向

當病人因病情不斷惡化而須面對治療的決定時，可因應自己對於晚期照顧的意願，選擇合適的治療。以下為三種可作參考的治療方向，分別是延長生命治療、以舒適為主治療，以及保守治療。

延長生命治療

- 病人會接受所有能維持生命的治療，目的是延長生命。



以舒適為主治療

- 以控制和紓緩症狀為主，目的是讓病人感到舒適和維持生活質素。



保守治療

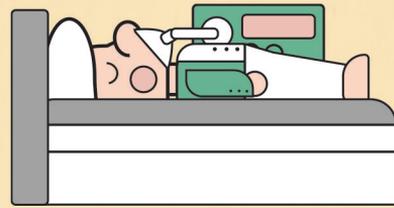
- 這是較中庸的做法，其中一個目的是維持生命，而治療帶來的不適屬可接受程度。



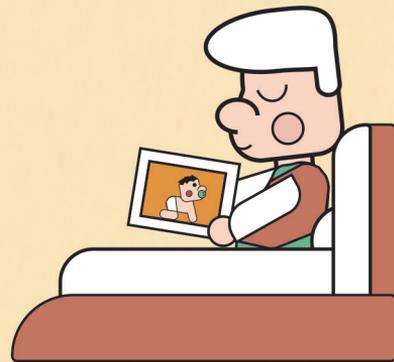
人生晚期照顧的意向

當自己患上嚴重疾病或病情到了晚期，而須要作出醫療決定時，您會選擇：

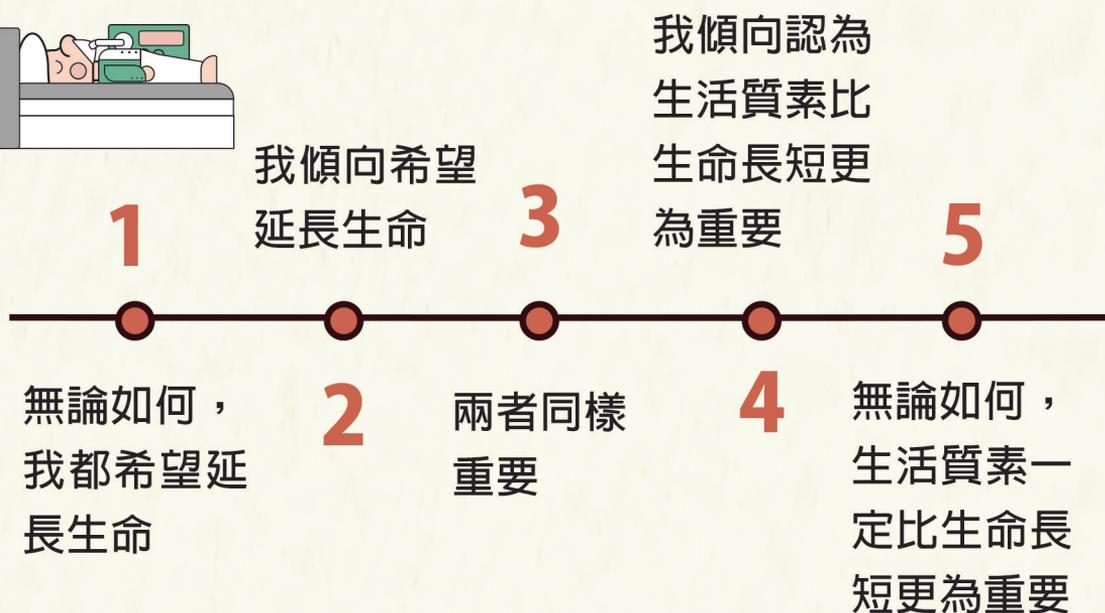
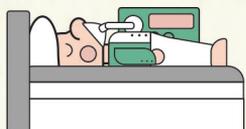
儘量延長生命，即使有可能承受更多痛楚或不適



儘量紓緩痛楚及不適，即使有可能更快面對死亡/不能延長生命



您會如何在晚期生活質素和生命長短中作出取捨？
(請圈出答案)



原因： _____

您希望在接受晚期照顧的過程中保持清醒嗎？

- 即使可能感到不適，我也希望能保持神智清醒
- 即使可能會昏昏欲睡，我也希望使用足夠的藥物

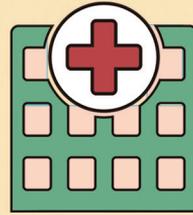


接受晚期照顧 的地方

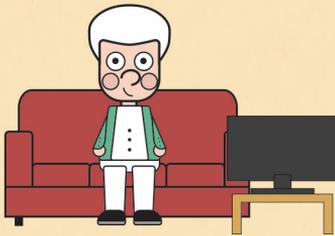
您最想在哪裡接受晚期照顧及離世？



院舍（如安老院）



醫院



家中



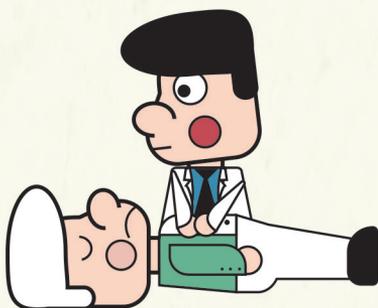
寧養中心 /
紓緩治療科病房

其他： _____

維持生命治療 (維生治療)

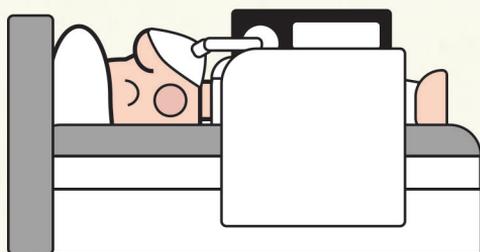
以下是維持生命治療的一些常見例子：

1. 心肺復甦術 (CPR)



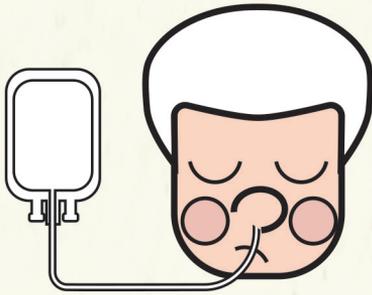
當病人心跳停止時，以胸外按壓或電擊法，嘗試使心臟重新跳動。

2. 人工輔助呼吸 (呼吸機)



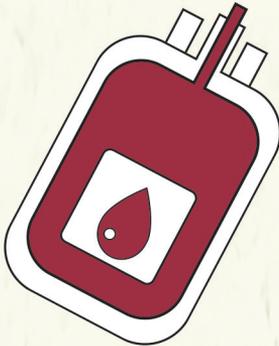
當病人無法自行呼吸時，透過機器經喉管或面罩輸入氧氣，以協助呼吸。

3. 人工營養及流體餵飼（胃喉）



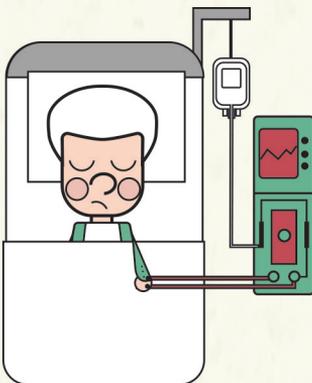
當病人無法進食或吞嚥時，經由導管提供營養和水份。

4. 血液製品（輸血）



當病人因患病而缺乏某些血液成份時，便可能須要進行輸血（紅血球、血小板、血漿等）。

5. 透析治療（洗腎）



當病人腎功能衰竭時，以人工方法清除身體中的廢物和多餘水份，可分為腹膜透析（洗肚）和血液透析（洗血）。

當自己患上嚴重疾病或病情到了晚期時，您是否希望接受以下的治療以維持生命？

假如您的心臟已經停止跳動，您是否希望接受心肺復甦術以刺激心臟再次起動？

不願接受 希望接受 未能決定

原因： _____

假如您因肺功能衰退而不能自行呼吸，您是否希望以人工輔助呼吸機協助呼吸？

不願接受 希望接受 未能決定

原因： _____

假如您因吞嚥功能衰退而不能進食，您是否希望接受導管餵飼？

不願接受 希望接受 未能決定

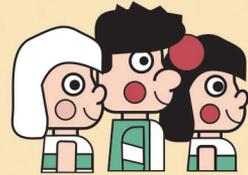
原因： _____

如果現時未能決定，可於將來因應自己的身體狀況再作決定。

家人的了解

您有否向親人表達過您對於臨終照顧的意願？

有，他/她是： _____



沒有 

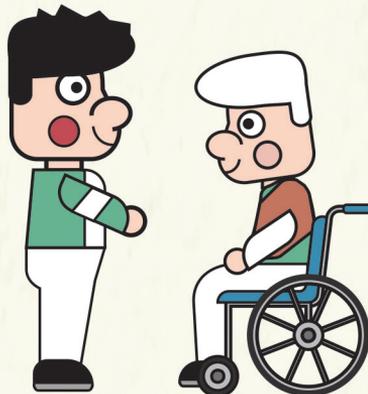
如果家人未知您的意願，鼓勵您跟家人一起分享和商討有關臨終照顧的決定。

當您無法作出醫療決定時，您希望由誰替您作出決定？

能代表您做決定的人是： _____

關係： _____

聯絡方法： _____



財務安排

病人在有精神能力時擬訂一份財務文件清單，能讓親朋於日後更容易為自己處理財產。

	項目	文件存放位置/聯絡人
可動產	銀行戶口	
	保險箱	
	強積金基金	
	股票/債券/基金	
不動產	房屋	
	土地	
文件	出世紙	
	畢業證書/結婚證書	
	遺囑	
	持久授權書	
	預設醫療指示	
	墓地或靈灰位的證明文件	
其他		

身後事安排

您想選擇哪一種喪禮儀式？

道教

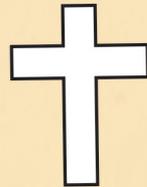
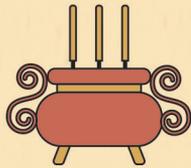
佛教

基督教

天主教

回教

其他： _____



您想選擇哪一種安葬儀式？

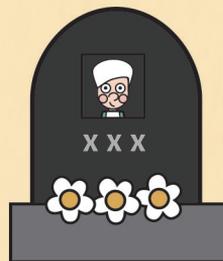
土葬

火葬（骨灰龕）

海葬

紀念花園葬

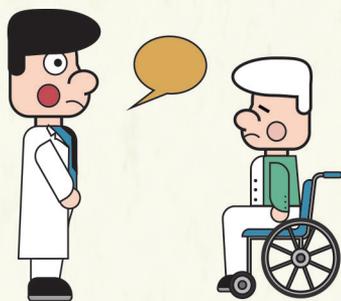
其他： _____



預設醫療指示

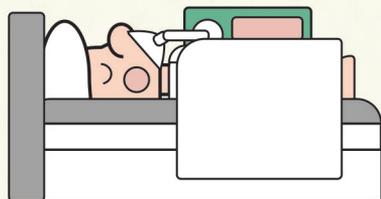
預設醫療指示是病人清醒時與家人、醫護人員商討後，以書面方式記錄的表格，列出哪種情況下，不接受哪些維生治療，期望自然離世。當喪失自決能力時，「預設醫療指示」會按照病人預先的意向生效。例如：

第1類



病情到了末期

第2類



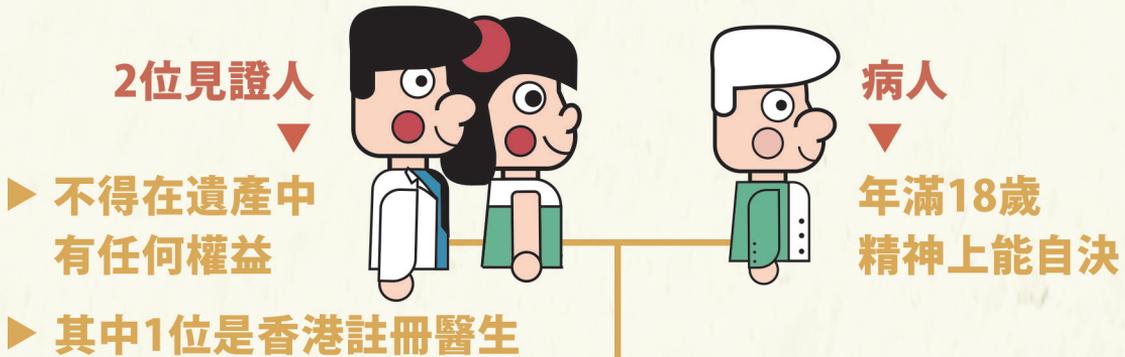
持續植物人狀況或
不可逆轉的昏迷狀況

第3類



其他晚期不可逆轉的生存
受限疾病
(例如：晚期腎衰竭、晚期
運動神經元疾病、晚期慢
性阻塞性肺病)

簽訂「預設醫療指示」的注意事項



簽署
預設醫療指示

可根據個人狀況
更改或取消



影印副本給家人



正本由病人保管
送院時給醫護人員
作資料提供

相關資源

安寧照顧刊物：「吾該好死」

歡迎瀏覽以下網站或掃描二維碼下載
有關刊物



<https://bit.ly/3AACpxZ>



如欲了解更多關於晚晴照顧的資訊，歡迎瀏覽香港中文大學賽馬會老年學研究所「安寧服務培訓及教育計劃」的網站或掃描二維碼：

<https://bit.ly/3qRPEX0>



其他賽馬會安寧頌出版刊物

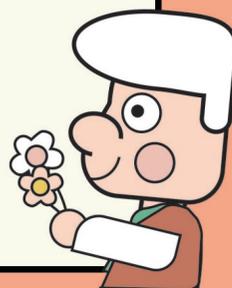
<http://foss.hku.hk/jcecc/zh/資源/出版刊物-2/>



現誠邀閣下就此「晚晴照顧手冊」
提供您的寶貴意見。

網上問卷連結：

<https://bit.ly/45x3YFi>



此書所提供的資料，只作參考之用。由於每人身體狀況各異，病情亦可能隨時出現變化，閣下應按照個人情況，與家人及醫護人員密切商討有關晚期照顧及治療方法的事項，並定期檢討。此外，閣下如對醫療或法律範疇有任何疑問，應考慮尋求專業意見。



詳情及查詢

電話：3943 9208

傳真：3942 0939

電郵：cuhkeol@cuhk.edu.hk

網址：<https://www.ioa.cuhk.edu.hk/end-of-life-care/>

地址：香港新界沙田香港中文大學康本國際學術園12樓1207室

香港中文大學賽馬會老年學研究所

