



Tan Tock Seng
HOSPITAL



弥留之际 关爱手册

出品：陈笃生医院 慈怀护理部门

简介

新冠病疫情使我们不得不通过新的方式，在患病至亲生命的尾端，珍惜彼此相处的时间和给他们最终的致敬。尽管医院目前必需实施访客限制，我们希望这本手册的内容对照顾您和您的至亲带来帮助。



生理变化

当您的至亲病危时，您会发现他身上会发生生理变化。以下是四种可能在您至亲身上出现的常见症状：



昏昏欲睡或神志不清。有时将无法认出家人。



四肢冰凉。皮肤可能呈现蓝紫色。



食欲下降。如果您想为病患喂食，请务必咨询医护人员是否安全。



呼吸模式有所变化。由于肌肉松弛，下巴或许会放松，喉咙也可能会发出咕噜声。

在这时刻，我们鼓励您参与到您至亲的护理之中。请务必咨询病房的医护人员，了解如何以安全的方式参与。



用湿巾擦拭至亲的脸和眼睛，或梳理他的头发。



用病房提供的绿色口腔海绵来擦拭至亲的牙龈和舌头，保持口腔清洁和湿润。然后为他涂抹口唇凝胶。



若您的至亲喜欢按摩，可以帮他轻柔地按摩。



带来一些可以使他心灵得到慰藉的物品，例如垫子、香薰油、他最喜欢的音乐，或宗教的念诵和祈祷文。

如果您对患者的身体状况有任何疑问，请随时咨询医疗或护理团队。

心灵关爱



虽然我们无法治愈一些严重疾病，但是我们仍然可以慰藉病患的心灵。您可以按您认为合适的任何顺序对您的至亲倾诉以下五件事。

即使您的至亲无法回应，您的声音、触摸和存在也足以使他感知自己并不孤单。请您大声在他耳边，用他熟悉的语言或方言，简单、扼要、清楚、地说出您的心意。



“请原谅我”

- 放下怨恨或委屈是一种极大的解脱。承认这些遗憾并且为行为，伤害乞求谅解将有助于让双方冰释前嫌。
- 请求原谅。不管回应如何，有努力和解的意向，会令人感到安慰。
- “我很抱歉我们之间发生的……”。



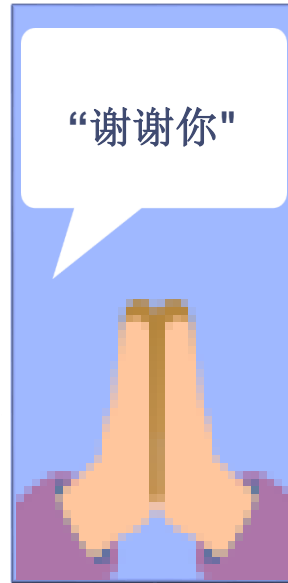
“我原谅你”

- 宽恕从来不是一件容易的事。您可能也还没准备好承认深厚的伤害。若您很难通过言语表达出来，您也可以选择在心里原谅他。
- 说出“我原谅你”以便你们无隔阂地共度剩下的时光。



“我爱你”

- 在剩下共同的时间里，试着经常说“我爱你”。
- 无需腼腆，可以进一步说出，“我爱你是因为……”、“我爱你在……的时候”、“我爱……那段时光”。



“谢谢你”

- 说出对至亲的感激之情，使他明白他在您生命中的重要性。
- 提醒您至亲他所成就的，以此增强他自身的尊严和价值感。
- “感谢你为……”，“我永远不会忘记……”。



“再见”

- 在最后的时刻说“再见”能带来了结。若太难出口，也可以说“期待我们再次重逢”。
- 让您的至亲知道在您心中，他一直都很重要。
- 公开承认双方无法知道什么时候才能再见对方。



最后旅程的温馨提示

1. 通知亲戚朋友您至亲的离世。请他们帮忙分配任务，共同承担临终事宜的职责，可以带给您很大的帮助。
2. 准备好您至亲的身份证，医生需要用来签署死亡证明书。
3. 您需要在医院的太平间（办公时间）或紧急部门（非办公时间）登记您至亲的死亡证明。
4. 请联络所选择的殡葬服务公司和您的宗教领袖。病房会提供一些殡葬服务公司的名单和联络方式。

重要提示：

在这段看护之旅中，
请不要忘记照顾自己。

若想多了解如何
帮助自己度过丧
痛期，请扫描右
侧的二维码：

