

行比對，整理出 704 種的西文紙本期刊亦有全文電子檔，按刊名英文字母順序排序，已置於一樓西文期刊區。惟其中有 95 種全文電子檔必須直接連結該期刊出版社網址，才能使用；又部分全文電子檔並分別設定有 ID Number 及 Password，詳細資訊可上本館網頁電子資料庫查詢，網址 <http://www.lib.thu.edu.tw/vlib/vlibnew2.1.html>。

餘音

認識臨終關懷與安寧療護

採編組 陳婷婷

「我們無法面對死亡，正如我們無法直視太陽」----西諺

在八月下旬的時候，我有機會參加了一場由康泰醫療基金會以及台中市衛生局等單位所合辦的「2003 年安寧療護傳愛種子進階班」的研習課程。

這整個研習課程的授課講師只有一位，她就是成大護理系的副教授趙可式博士。趙博士在國內推動安寧緩和醫療不遺餘力，一年上百場的演講，與人說如何好死，怎麼善終，臨終時如何可以不用受苦。雖然以中國人的傳統習性，並不太能接受和人談論死亡這樣的話題。但是趙博士爲了讓病人可以平安尊嚴地走完人生最後一段路，提倡「善終」的概念，提倡身體心靈完整照顧的安寧緩和醫療，她努力奉獻了十多年，終於在去年年底，立法院三讀通過了「安寧緩和醫療條例」修正案，讓臨終病人可以依照個人的意願，選擇緩和性醫療的尊嚴死亡。

在這一整天的研習課程中，共分爲四個部分：

(一)安心陪他最後一程--照顧者須知，以及照顧者的心理準備

內容：末期病人的照顧者一定要知道的事，以及照顧者在物質層面及精神層面的準備。

(二)他不必受苦--末期病人常見之症狀困擾及居家照護的基本技巧

內容：末期病患的常見症狀及可能的緩解方法，簡易的居家照護技巧，遺體護理。

(三)請聽我說--餘生期待與病情告知的溝通技巧與演

內容：病人與家屬間，家屬與家屬間，親戚朋友及志工與病家間，交心溝通以達生死兩無憾。

(四)無憾人生--預立遺囑及生預囑以及模擬死亡預習

內容：預立遺囑及生預囑的內容，注意事項以及模擬死亡預習。

這四個部分的課程教材，有一些是趙博士在成大醫學院給學生上課時所使用的，有一些則是她在每年上百場推廣安寧緩和療護中一定要傳遞給大家的資料。由於內容很多，也很豐富，我不在這兒一一詳述，如果有興趣的同仁，歡迎您和我聯繫，可以參閱「安寧療護傳愛種子進階班」講義。

在這次的課程中，有一幕令我印象特別深刻的，就是在投影片介紹部分，其中有一張全家福的相片，那是一位癌末病人，接受安寧緩和療護，雖然最後還是往生了，但是在往生室內，由醫護人員引導家人向病人告別，講一些使病人安慰寬心的話，仍將遺體視為活人看待，以幫助家屬渡過最急性的傷慟。並且由醫護人員詢問家屬是否願意一起作遺體護理，讓家屬有最後一次親自照顧病人的機會。遺體護理完畢，全家人就在病床邊拍下最後的一張全家福照片，往生者在照片中看來，乾乾淨淨，整整齊齊，戴上帽子，也穿上鞋子，安詳的樣子就像是睡著了一樣，令我看了非常感動，也非常遺憾。

回想起父親過世那一幕，因為沒有類似的經驗，而且事發突然，所以在發現的那一刻，因為慌亂和不知所措，緊急將他送往醫院做急救。現在想來，他原是善終，卻在我們無知的情況下，增加了父親離世時不必要的負擔，而且也沒能讓家人好好的向他做最後的告別(趙博士認為，人往生時，聽覺是最後消失的感覺，病人剛過世時可能還聽得見，所以應當和他說些讓他放心、安心的話語，最忌在遺體面前批評往生者)。相形之下，幫助推動安寧醫療緩和條例的江綺雯立法委員，就覺得自己幸福許多，因為她及早接觸，有所了解，所以在她母親過世的時候，她就帶著弟弟、妹妹們親自為母親做遺體護理，並為母親沐浴更衣，化粧打扮，所以覺得十分欣慰，也沒有遺憾。正因為如此，她也成為推動「安寧緩和條例」修正案的一大推手。

目前在國內有越來越多的醫院開始重視安寧療護，設有安寧病房或安寧諮詢機構的也越來越多，像是台中榮民總醫院也在今年九月設立了更貼近人性關懷的往生室，讓病患家屬與往生者在病房與太平間之間，多了

一個緩和的空間。希望在未來，醫院給人的感覺可以少一點冰冷，多一點溫暖。也希望藉由「安寧緩和條例」的修正案，讓我們每一個人都可以為自己的死亡預作準備，並且可以減少痛苦，多點尊嚴，讓生命美到最後。

相關參考資源：

1.<http://www.cdnnews.com.tw/20030328/med/jkbj/T90050002003032718402171.htm>

2. 2003 年安寧療護傳愛種子進階班講義/趙可式著

3. 推動安寧醫療-趙可式讓生命美到最後/林貞岑

URL:<http://www.commonhealth.com.tw/New-Med/environment/000760.asp>

4. 國內安寧機構諮詢名單

URL:http://www.fcf.org.tw/me-007_1.htm

5. 安寧緩和醫療條例修正案

URL:http://www.hospice.org.tw/relax/news_main.htm

6. 安寧療護專題 URL:<http://www.chinatimes.org.tw/hospice/>

7. 安寧照顧基金會 URL:<http://www.hospice.org.tw/intro/profile.htm>

8. 對末期癌症病人的照顧

URL:<http://myweb.hinet.net/home1/kis520/kis/kis71/KIS71g.htm>

9. 康泰安寧療護手冊

URL: <http://www.drugnet.com.hk/health/032-3.htm>

難忘西雅圖

華語中心 方謙亮

「西雅圖夜未眠」這部膾炙人口的電影，相信很多人都看過。西雅圖真是一個讓人難忘的城市。不但人文薈萃、天氣宜人，而且景色絕佳。第一次去只能算是路過，待的時間很短，深覺遺憾，才会有這第二次的行程。這次很幸運有當地的人士親自為我們導覽，不但如此，我們的導覽先生還不放心我們自己去溫哥華，堅持送我們到目的地後才自己回家。這位可愛的導遊就是我和同事在語文中心的學生，他給自己取名「康有為」，大概希望和歷史上鼎鼎大名的康有為同樣聰明又有學問吧！

「康有為」是個金髮碧眼的美國大男生，對中國文化非常有興趣，