

外出心願至死未了 - 如何避免吳伯伯的遺憾再次發生 張玲玲, 項目主任

[近日香港媒體報道](#)，75歲的吳伯伯無依無靠，退休後寄居護老院。3年前，他不小心跌壞頸椎，自此每天都得待在老人院，一直沒有機會外出。直到兩年前，義工鍾小姐來護老院來探訪，認識了吳伯伯。此後，鍾小姐一有空就來護老院探望他，待吳伯伯像屋企人一樣。最近鍾小姐與護老院安排時間，準備帶吳伯伯出遊九龍公園，讓他懷緬一下年輕時的光陰，怎知吳伯伯卻在活動前幾天突然離世。

外出看藍天，這個看似簡單的心願，吳伯伯至死都未能實現。吳伯伯的故事令人深思：怎樣才能避免這樣的遺憾再次發生？對於晚期病人來說，早日引導他們說出未圓心願，並幫助他們實現，有助他們心境平和地走完人生最後一段路，減輕病人與家人的遺憾。

晚期心願實很簡單

那麼晚期病人到底有甚麼心願呢？世界各地也曾經發表類似的研究。意大利烏迪內大學 (University of Udine) 在 2016 年 3 月發表了一份針對 11 組生命最後一周的癌症病人及家庭照顧者的研究¹，原來，對於晚期病人來說，過正常生活、能做以前每天會做的事情就已經是心願。另一項研究²由加拿大研究人員於 2015 年發表，40 名選擇接受紓緩治療病人的心願可以分為五大類：

- 1) 將環境裝飾得更人性化，例如將病人喜歡的鮮花或有重要價值的紀念品擺放在房間內；
- 2) 個人悼念活動，例如茶聚或者以病人的名義種一棵樹；
- 3) 與家人相聚，例如尋找失散的家人或者家庭聚餐；
- 4) 告別典禮或儀式，例如祝福、重新宣讀結婚誓詞或放煙花；
- 5) 身後事預備，例如器官捐贈、向慈善機構捐款。

看來，晚期病人的心願都不是想像的複雜，能早日了解並協助他們完成這些心願，不但有助於提高晚期生活質量，更為病人及家人帶來珍貴回憶。

¹ Dobrina R, Vianello C, Tenze M, et al. 2016. Mutual needs and wishes of cancer patients and their family caregivers during the last week of life: a descriptive phenomenological study. *Journal of Holistic Nursing*.

² Cook D, Swinton M, Toledo F, Clarke F, Rose T, Hand-Breckenridge T, et al. 2015. Personalizing Death in the Intensive Care Unit: The 3 Wishes Project: A Mixed-Methods Study. *Annals of Internal Medicine*.

積極啟發病人思考心願

雖說了解晚期病人心願重要，但要講得出口從來不容易。有時候，就連病人自己也不清楚自己的想法。怎樣才能主動引導病人思考並說出自己的心願呢？紙牌遊戲或者是個不錯的選擇。

一種專門用來與晚期病人溝通的心願紙牌遊戲(Go Wish card game) 可以幫助我們了解病人的想法。這個遊戲由 36 張紙牌組成。美國與智利研究人員 2016 年 5 月發表的研究³試圖了解，對於心願紙牌遊戲和在願望清單上勾選這兩種方式，患者更傾向於哪一種。他們將 100 名癌癥晚期病人隨機分組，結果發現兩種方式得出的心願非常相近：晚期病人的 10 大願望依次是：與上帝同在、祈禱、家人陪伴、消除疼痛、不成為家庭負擔、相信醫生、保持幽默、與人生中重要的人道別和能夠幫助他人。

大部分病人覺得用心願紙牌遊戲啟發他們思考心願不會令他們感到焦慮，而且這個遊戲似乎能應用於表達能力有限的病人，例如有輕度認知困難或文化程度不高的病人。走進人生晚期，病人或家人縱有千言萬語，也不知該從何說起。以各種遊戲、趣味玩意，在輕鬆的氣氛下，反而可以消弭憂霾，敞開心扉。與其相對無言，何不把握時機，笑談心願，共同創造美好心甜的回憶？

³ Delgado-Guay, M.O., Rodriguez-Nunez, A., De la Cruz, V. et al. 2016. Advanced cancer patients' reported wishes at the end of life: a randomized controlled trial. Support Care Cancer.