

如何與醫生展開晚期照顧的話題

張雅樂(香港中文大學賽馬會老年學研究所項目統籌)

吳琮薇(香港中文大學賽馬會老年學研究所項目主任)

當我們感到不適去看醫生，對於以下的溝通過程，大家可能不會感到陌生：我們向醫生訴說有什麼不適，然後醫生檢查我們的身體、告訴我們有什麼疾病、需要用什麼方法或藥物醫治。大部份情況如發燒、傷風感冒等，只要我們能按時服藥就能藥到病除。我們甚少與醫生討論藥物成效、治療方法，最多是吃完第一次的藥還未病好時，要求醫生加重藥物的份量或換藥。這是一般人看醫生的習慣。

可是，不是所有疾病都有痊癒的方法。當一些不可逆轉的疾病來襲時，病人都會感到不安，因為將要面對一場漫長但沒有勝算的仗，而非傷風感冒般吃數天的藥就痊癒。這些情況下，病人需要的會是更多的參與、了解及討論。在網絡的年代，病人彈指之間就有大量的資訊，但需要討論及最了解自己的病情的醫護人員，是主診醫生。與家人和醫生展開溝通是必須的，但在爭分奪秒的醫院中，醫生與病人溝通的時間有限，究竟應該如何善用時間，與醫生談談心中的迷思疑惑呢？

首先，病人要自我準備，找出最清楚自己病況的醫生溝通。醫生的角色是提出治療建議，而病人可以幫助醫生了解自己最關注的事情；醫生按病人當時的健康狀況及意願來討論治療方案，與病人一起做出最適合的醫療決定。當與醫生溝通的初期，病人可以先了解自己的病情，例如治療的方向、治療對自己生活質素的影響、康復的機會、身體狀況的變化等。當病情開始轉壞的時候，病人可以慢慢與醫生分享自己對死亡的看法及感受，例如希望過身的地點、與身邊人交代的事情、臨終前希望完成的重要事情，以及了解自己及家人照顧起居上的問題，例如病人及家屬如何準備病人身體上的轉變；並且從三種不同的治療方向：延命治療及護理、保守治療及護理、舒緩治療及護理，與醫生商討作出抉擇。另外，病人在坊間尋找的治療方向或疑惑，不妨尋求醫生的意見。病人應盡量鼓勵家人出席與醫生的討論，日後病人無法自行作出醫療決定時，親人也知道病人的意願。

其實，與醫生談晚期照顧往往不是一次就完成的。在溝通的過程中，大家建立了互信的關係，在治病的過程中，選擇可能會隨時有所改變，病人不要害怕將自己的想法分享，而醫生所提及的醫療決定，病人及親友也可能需要時間去消化及思考。在面對晚期疾病時，病人、家屬及醫生應保持良好的溝通，共同面對難關。

香港中文大學賽馬會老年學研究所的「安寧培訓及教育計劃」目的在社區推廣臨終的議題。研究所將在六月十九日，於香港中文大學舉行一場公眾活動探討如何規劃晚晴照顧，當中邀請了醫生分享如何與醫生展開對話，歡迎公眾參與。

六月十九日活動查詢及報名，請致電 3943 9210 或瀏覽 www.ioa.cuhk.edu.hk/training/end-of-life-care/activities。

參考：美國 The Conversation Project 《臨終會談手冊 – 如何與醫師談》