

讓死亡使我們走近

劉喜寶博士, 高級訓練主任

西方諺語說：要用一整個村莊(的人力物力)去養育一個小朋友 (it takes a village to raise a child)。我們會用一條村的人力物力去關懷晚期疾病的病人及家屬嗎？

Allan Kellehear 教授在他的「提昇健康的安寧服務模式」中指出社區參與(Community engagement)是安寧照顧重要的一環。在英國，便將 2016 年 5 月 9 日至 16 日訂定為「死亡事宜覺醒週」Dying Matters Awareness Week，是安寧服務社區參與的好例子 (<http://www.dyingmatters.org/page/AwarenessWeek2016>)。

「提升健康」好像與臨終關懷是兩碼子的事。可是，不少研究發現，即使患者走至疾病晚期，他們的健康 - 無論身(疾病徵狀，例如疼痛)、心(情緒)、靈(靈性)、社(社交)各方面都依然可以有所改善。Allan Kellehear 教授和他的團隊參考了處理各種有關公共衛生的課題，例如：愛滋病、注射預防疫苗等的成功例子。他們提出若要提高社會對安寧服務的重視和對病人和家人的關懷，安寧服務必須全民參與。事實上，我們生命裡有什麼公共衛生課題比眾人必然經歷的死亡更真實、更肯定、更貼身？

如何推動社區參與臨終病人及家屬照顧工作呢？我們可以參考以下的例子。

- (1) 提高公眾對安寧服務的意識：Dying Matters (<http://www.dyingmatters.org/>) 是一個很好的例子。Dying Matters 是一個有 32,000 名成員，遍及英格蘭和威爾斯的聯盟組織；成員來自各行各業，計有：醫療人員、殯葬從業員，金融、甚至法律等方面的專業人士。這個團體的目標是令更多人能開放地談論死亡及安寧服務，並為他們的臨終安排作打算。2016 年度的 Dying Matters Awareness Week 擬於 5 月 9-16 日舉行，題目是有關臨終照顧安排。
- (2) 促進大眾參與照顧行動：愛爾蘭正在研究一個社區安寧照顧項目，名為 Compassionate Communities (<http://www.compassionatecommunities.ie/>)。位於 Limerick 的 Milford Care Centre 展開了「好鄰居合作社」(Good Neighbour Partnership) 的服務計劃，為患病的家庭提供免費的社區及家居照顧，例如：日常購物、預備餐點、打掃等等。於 Good Neighbour Partnership，每位病人會由一位 Compassionate Communities Volunteer (義工)協助尋找及配對社區內可以提供幫忙的鄰居。學術期 BMC Palliative Care 於 2016 年初出版了有關該計劃的資料 (<http://bmcpalliativecare.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12904-015-0060-9>)。而有關的檢討結果將於日後公佈。

於 2015 年由經濟學人智庫製作的死亡質素指數裡面，香港於「社區參與」一欄上的排名第 38 位（總共有 80 個國家/城市）。以上的例子未必能夠直接放到香港使用。可是，社區參與這一個原則簡單直接，若要充分的支持病人及家屬，社區必須要接納死亡為一個人人生必經的階段。除了提供高質素及全人照顧的服務外，社工及醫療團隊仍需要花多點功夫，加強家屬、朋友、鄰里等群體在照顧病人的能力，推動他們加入關懷患者及其家人的行列。所以，在了解病人的狀況之同時，對他們週邊有關的社交資源及網絡有所認識，也同樣重要。有一份總結 8 個研究項目之論文表示，讓朋友、鄰舍及社區參與照顧患者，能有效降低患者和家屬的心理壓力及孤獨感；也可為照顧團隊提供個人成長的機會，並且促進當地安寧服務以人為本的發展。¹ 以上的例子反映出「死亡」其實可以是造就出把社區內的市民拉近的機會。

¹ Sallnow, L., Richardson, H., Murray, S. A., & Kellehear, A. (2016). The impact of a new public health approach in end-of-life care: A systematic review. *Palliative Medicine*, 30, 200-211.