

為腦退化症人士提供的舒緩護理

情緒方面

末期階段可能為照顧者帶來最具挑戰性一頁。不論您一直在家中照顧病人或經常到護養院探訪家人，這時您或許會出現各種情緒，包括悲傷及有解脫感覺。不論您有何種感受，都是正常的，您要善待自己，沒有所謂「應該要有」的感受，有需要時，找人傾訴會有幫助。

彌留之際

在生命最後幾天或幾小時，病人可能會越來越沒有反應，似乎要從這個世界慢慢退出。這時候，最重要是讓病人感到舒適，嘴部濕潤，皮膚乾淨清爽，並視乎需要，調整體位，讓他感到舒適。

在生命最後階段，他們不會感到飢餓或口渴，對飲食興趣減低是正常現象，在這個時給予流質飲食可能導致病人肢體腫脹及不適。

如果您注意到病人有苦惱不安情況，務必告知護理人員，讓他們可以採取適當步驟，舒緩病人痛苦，讓他恢復舒適和平靜。

您可以提供的照顧方式

當病人對周遭環境缺乏意識，無反應；熟悉的聲音、溫柔的碰觸或一段他最喜歡的音樂，都可以幫助他感到安寧，提供舒適照顧的方式包括：

- 碰觸— 輕柔的撫摸或按摩病人的手、腳或頭皮；
- 嘴部護理— 用護唇膏保持嘴唇濕潤；
- 芳香療法— 令人愉悅的香氣可能有助於平穩及撫慰情緒；
- 為病人閱讀— 一首詩詞或一篇故事、或播放他們最喜歡的歌曲、聖詩等；
- 陪伴在旁並不時留意他們需要。


如欲獲得更多資訊為家人作最好準備，請與家庭醫生及照顧您親人的專業醫護人員查詢。

您也可以在以下網站找到更多資訊：

<https://dementiauckland.org.nz/>

<https://www.healthnavigator.org.nz/health-a-z/p/palliative-care/care-in-the-last-few-days-of-life/>





腦退化症是一種影響腦部的退化性疾病，最常見的是阿茲海默症。腦退化症雖然有不同種類，但所有類型的病症都是漸進性，並對病人生命造成影响。

這意味著當腦部隨著時間而陸續出現功能性退化，腦退化症病人越來越需要依賴他人照顧。在病人末期階段，舒緩護理可能是對病人最有利的照顧方式，協助他們有尊嚴地走完人生最後一段路。

了解這些變化

腦退化症是一個變化及失去的過程。在患病過程中，認知與記憶力退化是最顯著的症狀。病人的個性、溝通能力與辨認人的能力，因為腦細胞受到破壞而改變。

在病症晚期，退化速度迅速，身體機能會出現更多明顯的退化。此時，病人身體會變得虛弱，可能需要長時間臥床並倚賴各方面的照顧及護理。一般而言，病人在末期階段因人而異，通常會維持一至兩年的時間。

對家人與照護者來說，認識及瞭解這些變化，使您能及早、積極地做好準備，有效支持您的親友安渡最後時光。以下是一些有建設性的資訊，供參考。

病人的晚期階段

這階段，病人會出現明顯健康退化，他們變得更虛弱，對周遭環境失去興趣、很少與人溝通、更依賴他人、活動力更低，睡眠的時間更多。

可能出現的退化徵狀包括：

- 步行困難、平衡不佳，摔倒的風險增加；
- 大小便失禁；
- 無法進行持續性有意義的對話；
- 體重減輕；
- 飲食的意欲降低；
- 頻繁的感染，包括胸腔及肺部感染；
- 有咳嗽及哽噎食物情況；
- 情感變得冷漠，出現沮喪或情緒低落，嗜睡增加

請將病人的任何改變，告知參與照顧病人的專業人士，有助他們就病人的需要，不時更新照顧計畫，確保滿足病人的護理需要。

甚麼是舒緩護理？

舒緩護理是一個整體性照顧方式，旨在舒緩任何不適症狀，為病人提供舒適照顧與支持，確保病人在生命最後階段仍保持平和及享有尊

嚴。對腦退化症病人而言，這包括遵從其可能明示或預先記錄在預先照護計畫(ACP)的所有願望及安排。

對家人及照護者而言，舒緩護理包括為他們提供情緒及照顧方面實務安排及諮詢。舒緩護理方式包括：

- 針對病人即時情況作處理，包括任何身體不適、情緒躁動及不安；
- 確保病人的個人、文化、精神/宗教價值與喜好都納入其照護計畫；
- 避免非必要性的治療或延長生命措施；
- 持續向家人及照護者，按病人不同階段需要，提供任何可行的支持。

腦退化症病人臨終前期的照顧

照顧主要著重於減輕任何疼痛或不適症狀，為病人建立一個寧靜、舒適的環境，並為其家人與照顧者提供持續支持。

在這個階段對病人的家人或照顧者而言，維持與病人間之聯繫確實是很大的挑戰，因為病人在這階段已不能辨識熟悉面孔，對外界刺激缺乏反應；但您仍有方法可以提供安慰，保持與病人維持親密的連繫。