



幽谷伴行 探視重病親友時的 陪伴方式

文 / 王雅慧
國泰綜合醫院社區護理組安寧共照師

朱小姐是一位乳癌末期病人，因疾病惡化身體虛弱而臥床。這天，數名好友人結伴來看她，一見到病人便著急地問：「妳還好嗎？哪裡不舒服？怎麼會變成這樣？」、「你知道我是誰嗎？我叫什麼名字？」，病人因癌症轉移腦部，反應變得遲鈍，對朋友提出的問題，一時無法具體回答，但因為想家，逢人便說她想回家，其中一位好友語帶警告說：「你別想出院的事，誰跟你說可以出院，妳再說我就繼續罵你…」，後來病人把眼睛閉起來不再說話。



當我們的親友生了重病，有些嚴重到離死亡已不遠，我們除了驚訝事情的發生，心裡因擔心、著急而想去探視病人，希望自己能幫上忙。有時親友在探訪時，關心的話語對病人或家人而言，必須付出一些心力接待，面對親友一一的提問，反而造成無比的壓力。所以如何扮演探病者的角色，應該在去探病之前做好自身的準備。

出現在病人身邊

末期病人很珍惜任何形式的陪伴，喜歡別人來看他，陪他看電視，告訴他周遭發生的事，對生命將盡的人，兒孫在旁邊嬉戲玩耍，家人、醫護人員來來去去走動，都會讓他們置身在

眾人的生活圈，與家人在一起的存在感。有時候，病人很虛弱或因病情已經步入到認不得人的狀態，此時可以先自我介紹，讓病人有心理準備。當我們去探病時，已經帶給病人的訊息是：你並不孤單，我們都陪伴著你。

有些病人過去意氣風發，在社會上是有頭有臉的人，當生重病後面容憔悴失去尊嚴，不想讓別人看到他的模樣，所以探視前事先告知約定時間是重要的，若病人謝絕訪視，可以用電話、通訊軟體或親筆寫張卡片傳達關心，不要一廂情願的為了表達自己的關心而增加病人困擾。

探病時該做些什麼

很多人去探病時會用詢問病情的方式表達關心，例如：怎麼發現罹癌的？檢查結果如何？怎麼沒做XX治療？有去某某醫院給別的醫生看嗎？聽說誰吃了某補品就好了啊，你要不要去試試看？病人及家屬在每次親友關心的話語中重複說著疾病發生的過程，將心裡的瘡疤揭開，省思自己是不是哪裡沒做好，做錯了才病重的罪惡與挫折。如果他們願意，就會主動說出自己的病況及治療，過度的關心會造成病人壓力，有些建議反而會讓人困擾。一位40歲大腸癌的女病人希望家人陪他聊聊小時候的事情，與同事講以前工作的點點滴滴，說別人八卦的事也很好，不要一直將話題圍著她的病情打轉。

有時候，我們不知道該說些什麼好，或者病人說出來的話或問題不知該如何回答，這時可以拉把椅子坐在病人床邊，握著他的手，看著他的雙眼，讓病人表達他的希望及想法，不一定要給建議，耐心及默默陪伴在旁邊，就可以傳達支持的力量。

在沒有禁忌下，可以用乳液或精油按摩病人腫脹或僵硬的肢體讓他感到舒服，也可以把過去與病人合照或共同拜訪過的地方，以回顧的方式，回憶生命中美好的亮點，肯定生命意義，在聊天的過程中提供和解及原諒的機會。

接受自己的有限

英國的希拉·卡西迪醫生（Sheila Cassidy）曾說：「我在人生及工作中，漸漸發現有那麼多的無力感，最重要的是不要害怕，不要因而退縮，垂死的病人知道我們不是神，他唯一的要求是我們不要把他放棄。」對於末期病人，死亡的發生已是預知的結果，連醫護人員都有能力的限制。當探病者很想盡一己之力，讓病人心情好一點或延長其生命，就會說「身體比較要緊，不要想那麼多…」「你要多吃一點…」來鼓勵病人，如果很想實質幫忙，開口詢問病人希望你做的事，還給病人自我掌控，自由選擇的權利，在疾病末期這條路上扮演良好陪伴者的角色。

後來，安寧共照護理師帶著朱小姐的朋友，直接告訴病人自己名字，病人遲疑幾秒後點點頭表示知道，朋友們像聊天般訴說過去與她的美好互動，也藉此感謝病人曾經對她們的付出與幫助，最後一一去擁抱病人，病人也發出久違的微笑。