



### 陪伴病人 自由塗鴉

- ◎美育老師：郭育誠、莫淑蘭
- ◎服務時間：星期一下午
- ◎服務內容：
  - 1.察覺生活美感、放鬆心情
  - 2.生命意義回顧與探索，展現自我特質
  - 3.協助非語言記事，增進心靈動力

### 美感紀事

## 54 美好的回憶

95歲的劉爺爺是陸軍少將退伍，個性溫和，是一位公認的好好先生。平時身體硬朗，兒女皆旅居國外，和奶奶單獨住台灣。平時



喜歡偕同奶奶到處遊山玩水，還曾回大陸老家翻修祖厝，了卻心願。



VCR，請爺爺選擇百年後是要放在台灣五指山還是泰國曼谷？爺爺思及奶奶未來合適的安頓處，覺得在曼谷的家人較能照顧奶奶，便做了決定。



爺爺接受美育老師的建議，畫出他記憶中與奶奶行腳的好山好水，畫中的小花小草，是倆老美好的回憶。

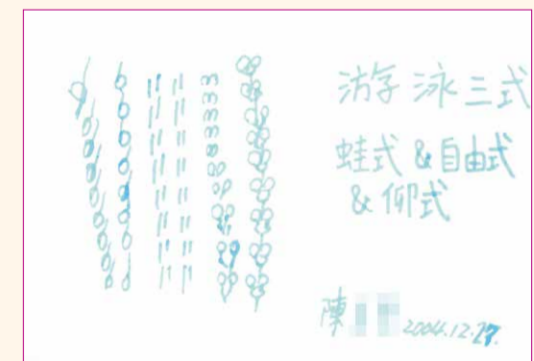


### 美術療育賞析

劉爺爺的作品很像藝術家畢卡索的抽象畫，玫瑰花線條的律動有如國標舞的圓滑舞步，劉爺爺的率直像兒童般以畫圓形來表達內心真實的影像，並以紅色展現出對奶奶的熱情。而另一幅抽象畫是劉爺爺在遊山玩水，分別用綠色、橘色及黑色的斗動線條，代表爺爺正很用力地在爬山，反映出爺爺希望 家有這樣在一起的幸福時光。家人常在旁邊陪伴爺爺，看到父親生病以後雖說話不清楚，但內心卻充滿著對家嚮往的感受。

## 55 悠遊的魚兒

身形雖然消瘦，步履蹣跚的陳阿姨兩眼卻炯炯有神，讓人很難想像她曾是水中嬌龍！無論是優雅的仰式，自信的自由式或從容的蛙式，都難不倒她。



陳阿姨是位聰明又能幹的新女性，事必躬親且要求完美，是她的特質。她曾說過：「只要我有興趣的事，一定會想辦法完成它。」



阿姨說的沒錯，那一天在先生及兒子的陪伴

下，阿姨愉悅、專注的畫出過去徜徉在藍色水中的不同泳姿，有如在水中優游的魚兒，自由自在，不亦樂乎。

### 美術療育賞析

陳阿姨是位運動高手，平常表情較為沉靜，但一談起游泳臉上立即顯現光彩，因為游泳是她的最愛，而且幾乎達到教練級的水準。陳阿姨為我們很仔細的講解游泳的姿勢，並且在紙上畫出自由式、蛙式與仰式的動作示範，也運用連續的圓圈和短線，在紙上完成游泳運動，青藍色水流的感觉就是陳阿姨描繪自己在水中自由自在的快樂感覺，陳阿姨在安寧病房還能安排一些生活的樂趣，讓她的家人也感到欣慰。

本二篇文章收錄於《大德美感記事》第二輯，歡迎支持本刊物（200元/本）

### 護理指導專欄



為期五天在大德安寧病房的實習結束了，同學們感受到這趟實習旅程都獲益良多，從身心靈的照顧，甚至包括自我察覺，愈懂得老師想傳導的觀念後，同學間的交流也更體貼了起來。

我讀護理最主要的原因是想做照顧的工作，但多年前離開護理職場的原因，是我得不到感動！但這五天來，我的人生卻在慢慢轉變，學習安寧啟發了我深刻的感動！很難想像看似勇敢的我，實習時卻幾乎天天在流淚，包

## 感動

■大德安寧病房代訓護理師 / 邱青英

括現在寫心得的時刻，這幾天哭出了我出社會20年來的淚水加總的N倍。

社區照護是我打從心裡的夢想，安寧會是我的起點，實習結束的當天，我下了人生非常重要的決定！同梯同學靜玲點出了主軸，只有想，只有說是不夠的，我要行動！把這股溫暖的力量往下傳，我知道這過程中會有護理長說的很多的「魔鬼」，但當今天下了決定，從今天開始我要行動做更多有意義的事，去完成夢想！突然感覺魔鬼一一消失了。我想這條路雖然艱辛及有挑戰，但相信是不會寂寞，當你決心做好事，會有來自四面八方的力量慢慢匯聚的！

謝謝北榮大德安寧病房護理長及團隊做那麼有意義的事～教學、傳授和引導，給我這次機會

來學習和親身體驗，謝謝我同梯的夥伴們在這過程中學會相互了解，幫忙與扶持，也非常謝謝開啟我認識安寧居家的淑文老師，和引導我的偉伶姐，還有沒直接教學我却從旁感動的溼溼和柔柔學姐！我的心中充滿感謝及感動，我會盡我的力量把它延續下去，不忘初衷，這條路上我不會寂寞！



## 一切虔誠終當相遇

■大德安寧病房病友家屬 / 劉玉儀



電梯門打開的時刻，看見夕色燈光暈染的長廊，空氣中飄浮著無法用言語形容的微妙粒子，彷彿羽毛，彷彿雪花，輕盈紛飛，原本沉重的腳步變輕了，心聲傳到耳畔，是這兒，是這兒，爸爸人生之歌就是要在這兒譜上休止符~~~~大德病房。

走過一間間瀕逝病人的房門，應該有的哀嘆與嘆息卻聽不見，感覺像門後是一罈罈將飲盡的酒，曾經芳香，曾經苦澀，曾經嗆烈，曾經醇郁，不管有甚麼樣的曾經，最終都是空，唯有靜靜地等待佛祖的到來，脫去病痛糾纏的色身，前往淨土，便是最好的善終。

生老病死，人之必經路，心裡雖自以為早做好準備，可來到護理站的前面，心海波濤翻騰幾乎淹沒自己，淚水被偽裝的堅強覆蓋，雙腳更是想擺脫大腦的控制，轉身離開，不管心有多疼多不捨，多想讓爸爸活到一百歲的心願達成，理智卻不容許我自私，終究要作出對爸爸最好的決定，只能忍住滿腔的悲傷將安寧照護單交付出去。

感激地，負責照護爸爸的是護理師素華姐，不單細心照護爸爸，對我們這群百般不捨的家人也不時給予安慰與鼓勵，感激之情溢於言表，只能以此短文表達最誠摯最深層的謝意。若不是素華姐的開導，家人無法心平氣和地接受爸爸生命

自然是風中殘燭的殘酷事實；若不是素華姐抓住最合適的時間給予爸爸一次全身沐浴，讓爸爸擁有神清氣爽的面容與愛他的孫子女見面，留下紀念永存的美好回憶。

回想過往，爸爸七年前跌倒，期間六年，從能自己用助行器慢慢走，逐漸退化到癱床不起，雖然嘗試用復健增強他的生命力，無奈歲月不饒人，近一年來階梯式惡化，快速地失智，連用筷子都不會，肚子餓不餓都不知道，七次因為肺炎住院，心肺功能急遽下降，醫療無效之下，在醫生的建議下，爸爸因此來到大德病房安寧。因為這股寧靜，過去不停亂吼亂叫的爸爸不再吵鬧，總是睜著不太有精神的眼睛望著來探望每個人，看到他深愛的孫子女不辭辛勞，下班之後立刻來陪伴他，迷蒙的眼睛不時閃著光彩，那張傳統軍人嚴肅的臉孔還會露出傻呼呼的笑容，可愛的模樣深刻心中，永遠。

在大德病房的三天，感謝素華姐的溫柔與專業，讓爸爸沒有感受到病魔的侵蝕，也不畏懼死亡的逼近，祥和地躺在床上，讓他忘記病痛，或許不是忘記，而是安寧照護使他完全感受不到痛徹心扉的疼痛，舒適的睡姿安排更讓他自認病好了，可能吧。

雖然，沒來得及見到爸爸最後一面，不過爸爸走得很安詳，面帶微笑，相信爸爸以笑容向愛

他的以及他愛的家人作出要我們放心的道別，也相信這笑容是向大德病房的安寧照護團隊表達謝謝的表情。短短三天的相處，看似短暫，對爸爸和我們來說，這是善緣，正如佛語「一切虔誠終當相遇」。緣起我們是那麼地虔誠為病苦的爸爸祈禱離苦得樂，冥冥之中，安排在大德病房與虔誠為臨命終了病人提供安寧照護的素華姐及各位善心的醫師、護理師相遇，讓爸爸得到善果。

對每個聽到所愛的家人面臨瀕死情況，即使硬漢也會流下男兒淚，再多的放不下也要鬆開手，有尊嚴的往生比插一堆管子活命，對受苦的病人來說，安寧照護是正確的。

從落地窗望著蜿蜒銀帶環繞，披著橘紅薄紗的觀音山，眼有濕意，在大德病房也可以看到觀音靜謐神秘的輪廓，同樣無言無語卻又有千言萬語的觀音啊！請您關照爸爸，關照世上所有需要愛的人，在遙遠的地方，一切虔誠終當相遇。



## 如何面對末期病人之焦慮與憂鬱情緒

(病人/家屬衛教)

■編輯部

為何末期病人會焦慮與憂鬱？

### ●疾病造成不適症狀

英雄最怕病來磨，當末期病人身體不適症狀出現時，包括：疼痛、睡不好、食慾下降…這些身體不適的症狀，會讓病人陷入焦慮與憂鬱的情緒中。

### ●害怕失能的過程

常聽許多病人說：「我不怕死，可是這病不知要多久，我擔心拖累家人」；因此，許多末期病人焦慮與憂鬱是來自於擔心失能的過程，造成家人的麻煩。

如何因應末期病人的焦慮與憂鬱

### ●鼓勵病人說出他內心的想法

當病人願意說出他心中的悲傷情緒，此時，我們就讓病人發洩，有時病人發洩完後，心情會較愉快。有時病人說：「我覺得我越來越沒力氣，我知道我時間不多了」，此時家人或朋友常會虛假的安慰說：「不要想這麼多！你一定會好起來的……」。其實，這樣回應病人，常會阻斷病人內心的情緒宣洩，及進一步的溝通表達機會。病人常因此認為不被了解，甚至因而更焦慮與憂鬱。焦慮的是，也許病人想交待一些事情，但無法說出。如果改變回應的方式，例如：「那種感覺一定很不好受吧！」也許可以觸動病人內心的感受，甚至能讓病人再多抒發一些內心的悲傷。

### ●允許病人流淚

哭，是最好的發洩情緒的方式，許多病人在大哭一場之後，會重新產生力量；而能用較理性的方式面對自己的處境，因此，允許病人流淚是很重要的。

### ●與病人分享共同美好的記憶

與病人一起分享過去美好的回憶，及快樂的事。有時一同分享過去快樂的點滴，也會幫助病人看到原來生命不只有生病這一段，也有許多美好的一面。可利用：照片等珍貴物品來共同回憶；或共同分享一些人生經歷。

焦慮與憂鬱是末期病人常見的情緒反應，家人的愛與關懷在此時最重要，如發現病人一直陷於低落的情緒狀態，甚至想結束生命時，切記尋求專業人員協助以確保病人安全。

### 財團法人大德安寧療護發展基金會

基於對臨終生命陪伴照顧的使命永不停歇，我們創立了「財團法人大德安寧療護發展基金會」，期望永續發展推動安寧療護，並將提升末期病人生命品質當作我們的神聖使命。我們亟需您的支持，為這更有意義的工作共襄盛舉……。

### 大德基金會捐款用途

■補助大德安寧療護貧困病人之伴護費、喪葬費、急難救助或其他全民健保不給付費用(傷口之特殊敷料、攜帶型止痛設備、芳香治療精油、止咳貼片、特殊減壓床墊、藝術治療及靈性關懷專家車馬費等)。

■支應大德安寧療護業務發展所需之相關費用。

■辦理大德安寧療護團隊工作人員教育訓練及國內外進修、院際交流、學術研討等活動。

■補助大德安寧療護相關之研究、論文發表、刊物出版，志工教育訓練與招募、遺族悲傷輔導等事項所需之相關費用。

■接受主管機關指導辦理事項。

■其他有關大德安寧療護發展事業事項。

劃撥帳戶：  
財團法人大德安寧療護發展基金會  
劃撥帳號：  
19802440

財團法人大德安寧療護發展基金會感謝您的支持！