

# 死亡過程

## 給家人照顧者的指導原則

每一個人和每個死亡都是不同的，但在死亡過程中發生的一些現象卻帶有共同性。這些變化是自然的，發生的時間可能是幾個月，幾天或幾個小時。您若有任何問題，請隨時與您的醫療團隊聯繫。

## 疏離親朋好友

- 在生命的最後幾個月裏，病人經常只專注於自己，這並不表示他們在生氣，抑鬱或不愛您。
- 他們可能對喜愛的電視節目、朋友、甚至寵物失去興趣。

當他們想說話時，他們可能會談論過去快樂的或憂傷的事情。他們或許想要處理未完成的事情，談論重要文件或紀念品保管的地方。可以在這個時候去傾聽他們認為重要的事情。

## 睡眠

- 病人可能比平時睡得更多，無論白天或夜晚，都可以睡上幾個小時。
- 當他們剛睡醒時，常顯得昏沈而迷糊。
- 若擔憂或掛念他們晚上睡不著，留在房間裏直到他們睡着或許對他們有幫助。但他們也許只想獨處，所以一定要問清楚。



## 逐漸虛弱

- 您的家人會越來越虛弱和疲倦，情況時好時壞，需要更多的日常生活照料並有人陪伴在側。
- 儘可能幫他們省力氣，這樣他們就可以去做他們認為最重要的事情。

## 胃口

- 隨著身體功能的自然關閉，病人會吃得越來越少。給他們少量愛吃的食物。因為咀嚼太費力氣，所以他們可能較喜歡奶昔、冰淇淋或布丁。
- 只要他們還能順利吞嚥，儘可能給他們流質，若病人無法坐起來飲用，可用彎曲吸管；若無法吞嚥，可以給些碎冰塊含在口中。用護唇膏或軟濕布保持嘴唇濕潤。用軟濕布清潔口腔。

## 瀕死前的意識狀態

- 臨終前，病人經常會思維混亂，處於恍恍惚惚的狀態。
- 有時，他們會說看見已死去的親人，或與他們講話。他們也許談論要去旅行，看到光、蝴蝶或我們在現實中看不到的其他現象。
- 只要這些情形沒有使病人感到不安，您可以讓他們多說一些。讓他們與您分享這些所看到的現象與做的夢，不要企圖說服他們所看見的並不真實。

## 瀕死過程

- 病人可能會睡得較多並且漸漸變得沒有反應。因為他們也許還能聽到您說的話，所以您仍要繼續與病人談話，即使他已沒意識。跟他們談話，分享您所喜歡的往事，祈禱或播放喜愛的音樂。
- 您將注意到病人的排尿量減少，尿液顏色變深並且氣味強烈，也許會大便失禁。您可以不斷地換上乾淨的床單並輕柔地盥洗；您的醫療團隊將協助您處理這些事項。
- 只要不會造成疼痛，撫摸病人，讓他/她知道您在身邊。
- 呼吸的模式經常會有週期性改變--變得慢或快。通常病人自己是不會感覺到的，如果您擔心這些變化可以告知您的醫療團隊。

- 當血液循環減慢，身體一些部位可能會變色和變涼。這並不會造成痛苦或難受；只要為病人蓋上薄毯子即可。

對所有的變化有問題或擔心，可詢問您的醫師或安寧療護團隊。

若需更多資料，請聯絡

**CaringInfo:**

幫助熱線 800.658.8898

多語言服務電話 877.658.8896

[www.caringinfo.org](http://www.caringinfo.org)

[caringinfo@nhpco.org](mailto:caringinfo@nhpco.org)

