

第二十二課：晚晴服務(一)：香港的「晚晴服務」概況

什麼是晚晴服務？

- 晚晴服務是為晚期病人提供照顧及支援，包括：身體護理、情緒和心靈輔導等。
- 主要幫助病人減輕身體的痛楚和不適，讓他們有高質素的晚期生活，活得舒適和有尊嚴。

何時需要開始計劃？

你是否有以下的特徵？

1. 大部分日常起居活動需依賴別人	<input type="checkbox"/> 0=冇 <input type="checkbox"/> 1=有
2. 身體機能下降，超過 5 成時間需依靠桌椅或病床	<input type="checkbox"/> 0=冇 <input type="checkbox"/> 1=有
3. 體重下降： <ul style="list-style-type: none">• 體重在六個月內下降多於 10%• 身體質量指數(BMI) 低於 18.5	<input type="checkbox"/> 0=冇 <input type="checkbox"/> 1=有
4. 在過去六個月內，超過兩次無準備下入院	<input type="checkbox"/> 0=冇 <input type="checkbox"/> 1=有
5. 疾病到達末期階段 — 病情反覆、持續惡化、出現複雜病徵	<input type="checkbox"/> 0=冇 <input type="checkbox"/> 1=有
6. 對治療的反應欠佳/ 沒有其他治療選擇 / 治療無效	<input type="checkbox"/> 0=冇 <input type="checkbox"/> 1=有

如果出現多於兩項以上特徵，便應注意自己的身體，開始計劃晚晴生活。

在計劃人生最後一程，我可以準備以下事項：

- 向醫護人員了解自己的病情及預計之後的情況
- 認識「預設照顧計劃」和「預設醫療指示」
- 與家人商討照顧和治療方式
- 選擇晚期時接受的治療
- 回顧一生，完成未完心願
- 訂立平安紙，處理財產分配
- 喪禮形式
- 殮葬安排

香港的晚晴服務/計劃的部份例子

- 賽馬會「安寧頌計劃」
- 賽馬會「美善生命計劃」
- 善寧會「自主晚晴心願計劃」