

癌症末期病人的心理需要

趙可式 著

(本文有著作權，若需引用，應獲原作者同意)

一九六〇年代精神科醫師庫柏樂·羅絲 (Kubler-Ross) 的著名著作「死亡與瀕死」(On Death and Dying)，將臨終病人的心理狀況分為六個階段：震驚、否認、憤怒、憂鬱、討價還價、接受等，曾一度膾炙人口；但事實上末期病人的心境常是矛盾錯綜複雜，無法用這樣乾淨俐落的階段式來描寫。例如病人即使已經接受了死亡降臨的事實，有時候仍須暫時否認讓自己再懷著希望。如圖描畫末期病人心理狀態，以及其矛盾錯綜複雜的現象。

癌症病人的心理需要有其「個別性」，不能一概而論，但一般而言，下列十項是通常常見的情境。

1. 病人始終有「不確定感」(Uncertainty)，有人想要確知，有人卻寧願保持「不確定」：

末期病人不知明天將怎樣？死亡時會有痛苦嗎？死後到那裡去？等等的「不確定」。若病人寧願保持這「不確定」以便保持希望，就不應該破壞他的希望；但若病人發出疑問，想要減少他的「不確定感」，則在他準備好時，婉轉溫和地回答他，太直率及魯莽的回答是殘酷的。但若病人要知道，卻一直被欺騙，也是殘酷的。

例如當病人問醫生或家屬：「我是不是活不久了？」此時不要用一句話就將病人的問題壓下去，如：「不要胡思亂想」或「您會好起來的」，最好的方式是再探查病人的感受與想法。如果病人自己早已確知病情，並希望有所準備，則應該分享病人的感受，婉轉的回答問題，如果他想準備或交待後事就平安地去做，這種方式可以為病人帶來平安及減少孤獨感。

2. 過去未消化的恩怨情結浮上心頭：

尤其是知識較高，社會地位較高的人，平常用理性壓制他的情緒，等到臨終時，力氣衰弱，沒有能力再用理性來壓抑，那些陳年舊帳就會冒出來擾亂病人的平安；此時需要讓病人儘量發洩他的情緒，如果有未消化的人際衝突，而此人還找得到的話，請他來到病人前再處理舊怨，握手和好，能使病人再度獲得平安。

3. 害怕成為家人的累贅與負擔：

家中有一人患末期癌症，全家都會歷經一場風暴，家人心力衰竭，困難頻生，若再加上經濟問題，則更嚴重。如果病人感受到因為他的緣故，使家人都不安寧，有時會希望自己早日解脫，而使家人恢復常態生活。此時家人需要向病人再保證，他是全家最鍾愛重要的人，他們照顧他就感到無比的幸福，如此才能減輕病人的歉疚感。

4. 害怕失去自主能力而任人擺佈：

在台灣有一特殊文化，即病人常自己做不了主，都由家屬替病人決定一切醫療方式及生活結構。病人有時怕傷家人的心，也就順從家人的主張。但家人的決定與病人意願相左，會帶給病人很大的苦惱。要幫助病人獲得心理上的平安，最好還給病人自主權，讓他選擇他所願意的治療方式（包括是否用中藥，用何種中藥等），照顧場所（在醫院或

自家)，及日常作息。

5. 病人會有突然之間被淹沒，無法再承受的感覺：

人在長期的壓力環境下，常會有此種感受。末期病人在症狀明顯、身體衰弱時會有一種崩潰感，一時地想放棄，沒有力氣再奮鬥了；這時最好的照顧是靜靜地陪伴，聽他訴說，鼓勵他以哭泣發洩，病人自然會渡過低潮，再繼續走前面的人生路。

6. 害怕孤獨：

末期病人會害怕孤獨，特別是渴望親密關係的親朋好友陪伴，如果家人忙碌於上班或上學，病人常整天眼巴巴地等待、望眼欲穿。有親人陪伴在旁，會使病人獲得極大的安慰。親人不只陪伴在旁，最好能與病人深度溝通，分享病人的感受、情緒、及思想。因此當病人表達他的感受、情緒、及思想時，不要將之切斷或阻止他訴說，這樣病人會感到不被了解的孤獨。末期病人與家屬之間真誠深度的溝通，常帶給雙方滿足的經驗，而能使生死兩無憾。

7. 捨不得及放不下心愛的人：

臨終病人難捨的就是他心愛的人，尤其是不能照顧自己的親人，如年幼的子女及年高的父母，真是情何以堪；所以最好協助病人將他所不放心的親人生活做一妥善的安排。除此之外，用宗教信仰也可助病人，如將不放心的親人交托上帝照顧或佛祖保佑。

8. 希望交代未了心願：

臨終病人的心理有點像在年終歲末時一樣，要把房子清理一番，把舊帳及作未完的事做個整理，把債了一了。臨終病人因為知道來日無多，不能再等待，極欲了卻心願，家人親友們應該儘可能地協助病人完心願。

9. 希望交代遺志及遺物：

如果病人的家屬能靜靜聆聽，不壓抑及打斷病人，多數臨終病人會想交代遺志，包括他所希望的喪禮儀式，遺產的分配又對家人的遺言交代，這樣作會使病人覺得心安理得無遺憾。

臨終時病人將自己所有物分贈給喜愛的親友，讓他們日後能「睹物思人」，會是一種很滿足的經驗，因為他在人世擁有意義的人際關係，也不枉此生了。病人分贈遺物時，接者應很高興地接納，物質代表的一份的深摯人情，彌足珍貴。

10. 道別：

當病人準備好向世界及他所愛的人道別時，他已獲得心靈的平安，接受死亡的現實了。道別有公開及含蓄的方式。公開的方式如最後一個生日邀請至請好友共渡，或寫信向親友道別；含蓄的方式則如在托孤或交代後事中透露。(本文作者為成大醫學院護理系教授)

摘自「康泰安寧療護」手冊