我能在哪里获得更多资料?

每个人都是独特的，因此需求也不同。重要的是，您必须了解有哪些护理和支持服务可供选择，以及如何得到这些服务。

palliativecare.my 是一个提供关于马来西亚安宁疗护资讯的网站。您也可以在此找到更多有关安宁疗护的链接，还可以下载以下的资料：

当我所关心的人剩下的时日不多，我能说什么—我能做些什么？ — 我们将提供资料，以帮助您去帮助您所关心的人。

还有什么?了解悲伤 — 关于悲痛与哀伤的资料。

吗啡和其他鸦片类药物的认识—关于安宁疗护药物的认识及误解。

有益提问 — 一本记有许多您可能想问的问题清单。这个问题清单可协助您了解安宁疗护和您的病情。

死亡的症状 — 告诉您患者频临死亡时会有什么症状。

预先护理计划 — 帮助您预先安排，以确保您能传达您临终护理的愿望。

hospismalaysia.org 是马来西亚安宁疗护中心的网址。

palliativecareguidelines.scot.nhs.uk/default.asp 此网站为安宁疗护病患和专业人员提供可靠的指示。

malaysianoncology.org/ 此网站提供关于马来西亚和各个资源对癌症研究的最新进展。

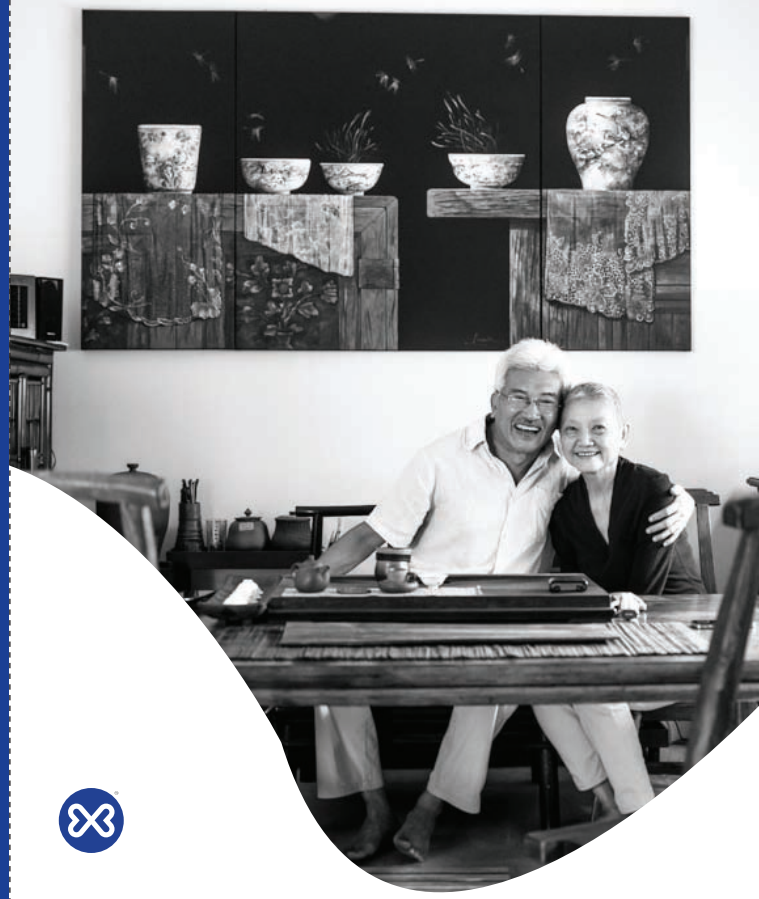
cancerlinkfoundation.org 此网站为癌症病患者和家属们提供各种关于癌症的资料。

欲了解马来西亚主要的安宁疗护服务，请查询:
网页 : palliativecare.my
网址 : info@hospismalaysia.org
电话 : 603-9133 3936 (联络电话 (Hospis Malaysia) 中心)

鸣谢:

本文件的资料由 Hospis Malaysia 整理与编辑，主要讯息已获得批准并提取于澳大利亚安宁疗护所准备的“What is Palliative Care”。

本文件所提供的意见并不代表 Hospis Malaysia 或 Palliative Care Australia 的立场。



什么是安宁疗护?

欲了解更多有关的支持与服务，
请查询: palliativecare.my

编制:

HOSPIS MALAYSIA

Palliative Care Australia

印刷赞助商:

Sime Darby YAYASAN

提供什么样的服务?

在生命中最后的一段路，护理服务需要专业的关怀和支持，我们清楚的了解病人的需要，以及家属和照顾者的独特需求，让病人在人生最后的阶段，籍由良好的医疗照顾及身心的引导，进而安然面对死亡。

在马来西亚的一些地区，病人可以从医院或社区组织获得安宁疗护。

我们的目标是要改善病人，家属以及照顾者的生命质量，让他们活得有尊严。例如身体上（包括控制疼痛和其他症状），情感上，社交问题，文化和精神上的问题。

当您接受了我们的服务，病人就成了我们重要的伙伴，一起计划及处理病情。除此，家人和照顾者的参与也很重要。当各方面都了解病情，参与治疗的决策，并且与医生和其他专业医疗人员坦诚交流，那么疗效将会提到最高。

病人的意愿是否得到满足，取决在护理计划过程中，病人有否与医生讨论自己不断改变的需求。只有这样，医疗团队才能制定一个真正适合病人的护理计划。

此外，讨论并指定代理决策人，也是很重要的。

我的第一反应是“我们不需要安宁疗护”。我担心这到底是什么意思。当我了解到安宁疗护不只是护理一个垂死的人时，我才放下心——这是一种人性的支持与了解，确保我的丈夫能够以他最好的姿态“活着”。假设没有这种身体和心理上的支持，我知道我的家人应付不来。

什么是专业的安宁疗护?

[安宁疗护] 一般又称 [临终关怀]、[安宁照顾]、[缓和医疗]、[善终服务]等。当有些病人随着病情的加重，出现严重或复杂的症状。他们将被会被转介去咨询专业的安宁疗护，让专业小组照顾，以满足病人的需要。

另外，病人的家庭医生也可以代表病人咨询专业的临终关怀服务。

我的疾病还能得到治愈性的治疗吗?

是的——治愈的医疗可以继续进行。安宁疗护将透过医疗，帮助病患解除身心的病痛，在人生最后的阶段能够有尊严的活着。

谁提供安宁疗护?

很多专业的医疗人员会参与服务，负责专业小组里不同的角色。服务团对包括：

- 家庭医生
- 专业安宁疗护医生及护士
- 专科医生——肿瘤科医生、心脏病专科医生、神经专科医生、呼吸科内科医生
- 护士
- 辅助医疗专业人员——药剂师、职业治疗师、物理治疗师
- 社会工作者
- 哀伤心理辅导员
- 教牧关怀
- 义工

我应该与谁讨论安宁疗护?

可以与您的医生或定期的护理组讨论您的需要。也可以参考 National Palliative Care Service Directory《全国安宁疗护服务目录》，查询您所在的地区负责提供服务的机构。

我能在哪里获得服务?

可以在以下地点提供服务：

- 家里
- 医院
- 护老院
- 安宁疗护医院

大多数末期病人情愿在家里接受服务，但这也取决于许多因素，包括：

- 疾病本身
- 可得到多少家属和社区的支持
- 是否有照顾病人的照顾者

如果我有疼痛，将如何得到缓解?

不是所有的末期病人都会经历疼痛。假如有，大部分都能得到缓解。

有多种控制疼痛的药物，使用的方式也不同，包括药片、液体、注射及药贴。还有很多药，能跟其他治疗方法一起使用，加强止痛的效果。

按摩、针灸或香薰疗法等辅助治疗方式在止痛方面也有效果。