

## 社會心理靈性疼痛

花蓮慈濟醫院緩和醫學中心 王英偉

整體性疼痛的觀念 Cicely Saunders, 1976

形容病人與家屬在生命末期，臨終，死亡，傷慟時期所經歷強烈的痛苦

痛(Pain) ≠ 痛苦(Suffering)



整體性疼痛的層面

P Physical problems	生理的問題
A Anxiety, anger, depression	心理的焦慮、憤怒、憂鬱
I Inter personal problems	社會問題、經濟壓力、家庭問題
N Non-acceptance or spiritual distress	靈性問題，不肯接受

可能有心理靈性痛的存在

- ◆ 病人出現無法解釋的痛或對一般有效的治療方式無效
- ◆ 病人的情緒反應超出預期
- ◆ 對治療的配合度常常改變

### ■ 心理焦慮的問題

- ◆ 害怕無法控制的症狀
- ◆ 害怕孤立無援或被放棄
- ◆ 害怕失去個人的自主能力
- ◆ 害怕無法調適
- ◆ 害怕成為別人的負擔
- ◆ 對治療及生存時間不確定
- ◆ 擔心死亡的過程

## ■ 靈性問題

- ◆ 有關生命的意義，與現實存在的關係，包括個人，大自然，生命與死亡無法解釋的秘密，神與宗教
- ◆ 靈性痛常在重大危機時出現，病人常出現下列問題：
  - 人為何而生，為何而死？生命是否有什麼特別的意義？
  - 是否有神的存在，人與神的關係為何？
  - 為什麼人要受苦？是不是痛苦是因做錯了什麼事的處罰？
  - 人死了以後為怎麼樣？

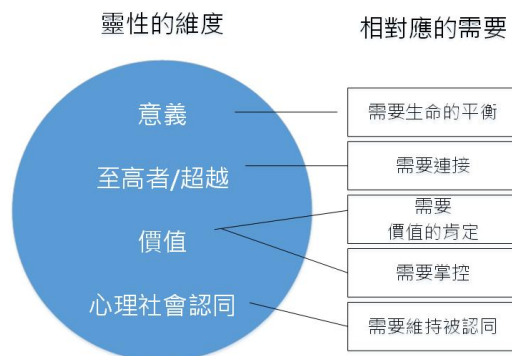


FIGURE 1 Spiritual Needs Model: Dimensions of spirituality and corresponding needs in elderly hospitalised patients.

Monod et al - 2010

## ■ 臨終病人需完成的過程

- ◆ 對生命產生新的意義
  - ◇ 以生命回顧方式協助病人重新定義生命
  - ◇ 接受別人的愛與關懷
- ◆ 重新建立社會人際關係
  - ◇ 與家人朋友話別，懺悔，感恩
  - ◇ 獲得疏遠親友原諒，做好彼此關係
  - ◇ 與週遭朋友及社會關係（公司、教會）話別，表達感激及歉意
- ◆ 結束世間一些事務，如財產、法律…
- ◆ 接受生命的終結與自然定律
  - ◇ 承認死亡是人生最後的失落
  - ◇ 接受逐漸依賴別人的事實
  - ◇ 接受臨終覺知的現象

## ■ 幫助病人燃起希望的方法

- ◆ 解除生理的不適
- ◆ 建立更密切的人際互動
- ◆ 設定一些可完成的短程目標
- ◆ 靈性宗教之照顧

- ◆ 鼓勵發揮個人的特質
- ◆ 醫護人員語言及非語言之關懷，適當的幽默
- ◆ 生命回顧
- ◆ 價值澄清

評估靈性的問題

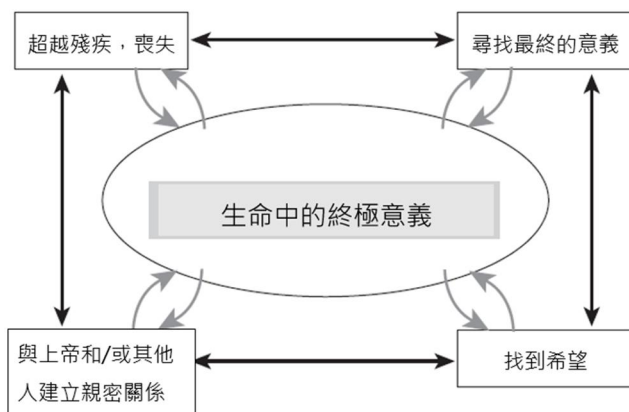
A Quantifiable Assessment of Spiritual Concerns (PC-7)

1. 面對苦難需要意義
2. 對完整的需求：傳統/世代相傳
3. 對關係的擔憂：家庭和/或重要他人
4. 對死亡或死亡的擔憂或恐懼
5. 與治療決策有關的問題
6. 宗教與靈性的掙扎
7. 其他的面向

■ 解除靈性方面疼痛的方法

- ◆ 個人方面
  - 鼓勵病人做生命回顧
  - 探討愧疚、譴責、懊悔、原諒、復和等問題
  - 支持以往的靈性支持系統
  - 探討痛苦是因為現即的狀況或因長期的憂鬱、愧疚或衝突
- ◆ 生命意義方面
  - 鼓勵病人把他的信念或人生哲理實際運用在目前的情況
  - 鼓勵病人敘述他們的往事，以幫助他們辨認生命的目的、價值、意義
- ◆ 宗教需求方面
  - 遵從病人的特別節目、飲食限制、禮俗、重要宗教觀念等
  - 舉行一些宗教儀式如頌經、祈禱、受洗、懺悔、打坐等
  - 鼓勵運用些注重在心靈痊癒的技巧，如放鬆、想像、音樂、閱讀等

<b>L</b> Listen	傾聽病人的故事，讓病人表達他們的痛苦
<b>E</b> Encourage	鼓勵病人放下他們的自我形象
<b>T</b> Tell	告訴病人你的關懷，也讓病人敘述他的往事，減少孤獨感
<b>G</b> Generate hope	從新建立希望和生命的意義、價值與目的
<b>O</b> Own your Limitations	承認我們的能力極限，但要儘量處理生理的不適和運用全體的技能和資源幫助病人



瀕死病人的靈性需求及可能的解決模式

1. 需要意義
2. 寬恕與被寬恕
3. 需要愛
4. 需要希望

主 題	任 務
生命中的終極意義	認同帶來終極意義的事件
回應生活中的意義	尋找適當的應對方式
自給自足/脆弱	超越殘疾，喪失
智慧/暫時最終含義	搜索最終含義
親密關係/隔離	與上帝和/或其他人建立親密關係
希望/害怕	找到希望

5. 需要宗教信仰